

123456

courrier de l'AVIVO
canton de Vaud

novembre
décembre
2014





Courrier de l'AVIVO **Revue destinée à toutes celles et tous ceux qui bénéficient ou vont bénéficier des prestations AVS/AI.** Organe officiel de l'AVIVO Vaud, paraît six fois l'an.

Abonnement pour non-membres: Fr. 12.-, CCP 10-12147-1

Rédacteur:	**Grégoire Hostettler, Pont-Couvert 18, 1323 Romainmôtier** **Envoi par courriel à ghostettler@caracal.ch**
Publicité et photos:	Envoi par courriel à publicite.courrier@avivo-vaud.ch
Administration, abonnements:	Mica Arsenijevic, Courrier AVIVO, Ch. du Pré des Cailles 10, 1323 Romainmôtier courrier@avivo-vaud.ch, tél. 024 453 17 37 (répondeur)
Editeur responsable:	AVIVO Vaud, Place Chauderon 3, 1003 Lausanne, avivo.vaud@gmail.com, tél. 021 320 53 93
Site Internet:	www.avivo-vaud.ch
Comité de rédaction:	M. Olivier Conod, président, Mme Eva Gloor, MM. Mica Arsenijevic, Michel Guenot, Jean-Pierre Guignard, Pierre Jeanneret et David Payot.

Prochain délai de rédaction: 10 décembre 2014



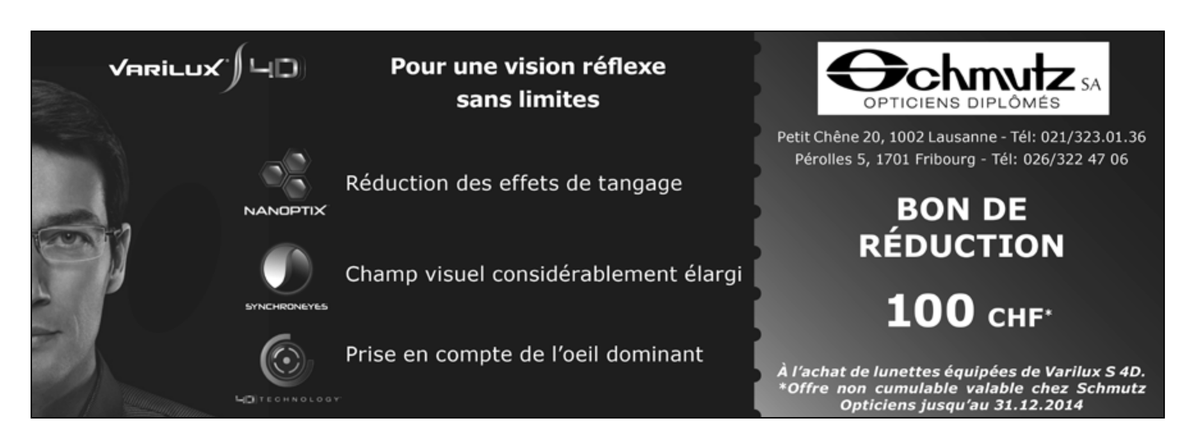
Sommaire

Retrouvez la joie de CRÉER

Cours de DESSIN PEINTURE

Se plonger dans la couleur, source de vie régénérante.
Aborder diverses techniques avec une artiste professeur,
Cours proposé pour tous niveaux, accompagnement personnalisé, ambiance chaleureuse.
Le jeudi matin de 9h à 11h30, salle de Paroisse de St-Marc de Lausanne
Tarif: Fr. 35.- la séance de 2h30 (payement par trimestre)
Renseignements: 021 799 13 43 / 076 502 68 20





EasySenior

Téléphones
Tablettes
Internet
Téléalarmes

Idée Cadeau !

027 509 12 26

www.easysenior.ch



Billet du président

Il est 20 heures, Pierrette, 67 ans, rentre chez elle après avoir passé trois heures, comme tous les soirs, avec sa mère, 92 ans. Celle-ci, veuve depuis 2 ans est atteinte d'une macula qui lui a fait perdre la presque totalité de la vue. Depuis bientôt deux ans, Pierrette va chaque fin de journée chez sa mère pour lui préparer le repas du soir, faire un peu de ménage et écouter avec elle les nouvelles à la TSR. Par ailleurs, trois ou quatre fois dans la semaine, elle sort avec elle pour faire une promenade, boire un café dans le quartier et faire quelques courses. Sauf le mercredi, car le mercredi, Pierrette va chercher son petit-fils à la sortie de l'école et le gardera jusqu'au soir.

Paul et Lucie vivent ensemble depuis 52 ans. Malheureusement, Lucie est atteinte d'Alzheimer et Paul souffre de difficultés à se déplacer. Néanmoins, Paul tient à s'occuper de Lucie et veut rester avec elle, dans leur logement. C'est toutefois une tâche importante et Paul ressent assez souvent une importante fatigue.

De tels récits sont de plus en plus fréquents. Ce sont des milliers de retraités qui, à un moment ou un autre, plus ou moins longtemps, ont vécu ou vivront une situation proche de celle de Pierrette ou de Paul.

La prolongation de la durée de vie nous met très souvent en position de grands-parents tout en ayant encore notre père ou mère, voire les deux. Cette même longévité augmente également le risque que dans le couple, pour des raisons de santé, l'un des conjoints devienne totalement dépendant de l'autre.

Les histoires de Pierrette, sa mère et son petit-fils, de Paul et Lucie sont des histoires d'amour, de tendresse, de reconnaissance aussi qui apportent beaucoup de joie mais aussi, de la fatigue, de l'usure parfois.

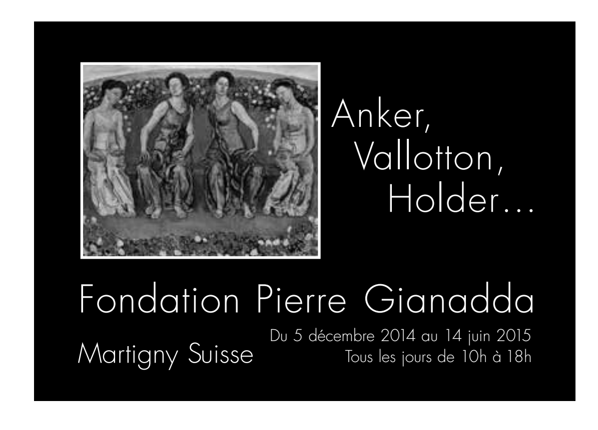
En jargon socio-sanitaire Pierrette et Paul sont des proches aidants. Nos autorités sont conscientes de ces situations et de l'importance pour notre société du rôle des proches aidants. Elles ont également pris conscience que la tâche peut devenir difficile, voire épuisante et qu'une aide permettant aux proches aidants de souffler un peu, de pouvoir s'éloigner, reprendre des forces, quelques heures, voire quelques jours serait non seulement bienvenue mais nécessaire.

Le Département de la santé et de l'action sociale (DSAS), par son Service des assurances sociales et de l'hébergement (SASH) reconnaît et subventionne désormais les institutions et associations partenaires de la relève professionnelle et bénévole des proches aidants à domicile.



Selon ce que la vie nous offre, nous pouvons soit nous engager comme bénévole pour relever un proche aidant et lui permettre de se ressourcer de temps à autre, soit faire appel à une telle aide si nous sommes nous-mêmes en situation de proche aidant. Voir page 12 l'organisation de cette relève.

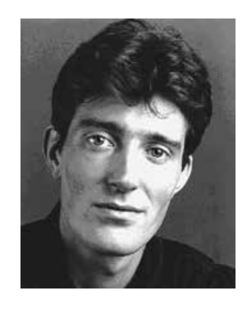
Votre Président
Roland Rapaz



Les brèves

Assurance-maladie: aperçu des primes 2015

La votation sur la caisse publique a eu un avantage: les primes 2015 ont été publiées dans un temps record, pour paraître quelques jours avant le scrutin du 28 septembre. Pour le Canton de Vaud, une hausse moyenne de 3.5% a été annoncée; un chiffre qui cache pourtant des différences importantes.



David Payot

Les hausses les plus fortes toucheront les assurés de Kolping, dont la prime devient la plus chère du canton, avec Fr. 689.20 au maximum (+30%). Les 36'000 assurés de CPT/KPT ont également du souci à se faire: le modèle standard, franchise minimale, passe à Fr. 535.- en région 1 (+14%), et à Fr. 479.- en région 2* (+10%).

La comparaison de l'ensemble des primes reste donc un exercice important pour les assurés. Cette démarche est facilitée sur le site www.priminfo.ch, ou en consultant l'AVIVO Vaud ou Lausanne. Le changement doit être fait au plus tard le 27 novembre, en envoyant simultanément la résiliation à l'ancien assureur et la demande d'affiliation au nouveau. Des modèles de lettre sont disponibles sur www.vd.ch/social, ou à l'AVIVO!

Si vous optez pour un modèle spécial (réseau de soins, médecin traitant, téléphone), pensez à consulter le site de la Fédération Romande des Consommateurs: http://www.frc.ch/articles/fiches-produits/. Suivant les assureurs, ces modèles spéciaux sont appliqués de manière plus ou moins stricte, avec des pénalités plus ou moins sévères en cas de non-observation.

** La région 1 est essentiellement l'arc lémanique vaudois (Nyon, Lausanne, Vevey, Montreux et leurs régions. La région 2 regroupe le reste du canton. Vérifiez quand même l'appartenance de votre Commune. (ndlr).*

Subsides d'assurance-maladie: hausse vaudoise

Le Canton de Vaud a annoncé une hausse moyenne des primes d'assurance-maladie de 3.5%, et a adapté ses subsides dans les mêmes proportions. En conséquence, le subside maximal a légèrement augmenté de Fr. 320.- à Fr. 331.-. Le subside dépend en principe du revenu net selon la dernière décision de taxation, code 650. Le calcul s'écarte des impôts en cas de changement important de situation, ou si la taxation comportait des frais d'entretien d'immeuble dépassant le forfait. Il peut aussi être tenu compte d'un quinzième de la fortune.

Selon les barèmes, une personne seule a droit à un subside si son revenu net est inférieur à Fr. 40'000.-. Pour les couples, la limite est fixée à Fr. 65'000.-.

Par ailleurs, les personnes qui ont droit aux Prestations Complémentaires AVS/AI reçoivent aussi automatiquement un subside qui est plus élevé que le subside cantonal. En cas de doute, adressez-vous à l'Agence d'Assurances Sociales de votre région.



Assurance-maladie plus chère pour les bénéficiaires de prestations complémentaires?

Pour les bénéficiaires de prestations complémentaires AVS/AI (PC), la prime d'assurance-maladie est en principe prise en charge par l'OVAM (Office Vaudois de l'Assurance-Maladie). Ce subside a toutefois un plafond, fixé en fonction de la moyenne des primes. Pour un assuré de plus de 25 ans, ce plafond devrait être de Fr. 459.- en région 1 et de Fr. 433.- en région 2.

Il devient de plus en plus difficile de trouver une assurance avec une prime inférieure à ce plafond. Dans la région 1, il ne reste que trois assureurs: Assura, Supra et Aquilana. Les deux premiers pratiquent le tiers garant (l'assuré paie les médicaments en pharmacie et se fait ensuite rembourser par sa caisse-maladie). Un système qui pose problème aux personnes à petit revenu, en particulier s'ils ont une médication importante et au long cours. La troisième assurance, Aquilana, est un organisme argovien, qui compte moins de 1'000 assurés dans le Canton de Vaud. Le soussigné n'a pas trouvé de site internet en français, ni de bureau en Suisse Romande. Difficile donc de conseiller cette adresse aux 28'000 bénéficiaires de PC du Canton de Vaud.

La raison de ce problème: un nombre croissant d'assurés opte pour l'assurance la moins chère du Canton, Assura. Cette démarche fait baisser la prime moyenne, qui sert de référence au subside. Pour l'heure, le Canton n'est pas intervenu par rapport à ce problème. Au niveau fédéral, quelques voix s'élèvent contre le système du tiers garant, qui permet aux assureurs de dissuader les personnes malades (les mauvais risques) de s'affilier chez eux. L'AVIVO peut se joindre à ces critiques.

Pour les propriétaires de leur logement: un peu moins d'impôts... et beaucoup de patience

Les débats autour de la réforme de la fiscalité des entreprises battent leur plein, et ont des répercussions majeures sur les budgets de la Confédération, des cantons et des communes. Dans ces grands chamboulements, le Canton de Vaud a profité d'annoncer qu'il prévoyait une baisse des impôts pour les retraités propriétaires de leur logement. Il n'a toutefois pas détaillé ce projet, et la réforme devrait voir le jour en 2019 seulement.

Pour rappel, il existe actuellement un moyen d'économiser des impôts pour ces personnes: la réduction de la valeur locative pour sous-occupation. Le raisonnement est le suivant: les impôts ajoutent aux revenus du propriétaire une valeur locative. Celle-ci représente le loyer que le contribuable économise en habitant entre ses propres murs. Cette valeur locative est calculée en fonction des mètres carrés habitables. Une famille avec enfants choisira donc une surface plus grande, et aura une valeur locative plus haute. Lorsque les enfants grandissent et s'en vont, que les parents arrivent à la retraite, Ils sont souvent dans une maison trop grande et avec moins de revenus. Comme il paraît difficile qu'ils vendent leur bien pour un autre plus petit, les impôts acceptent de déduire de la surface



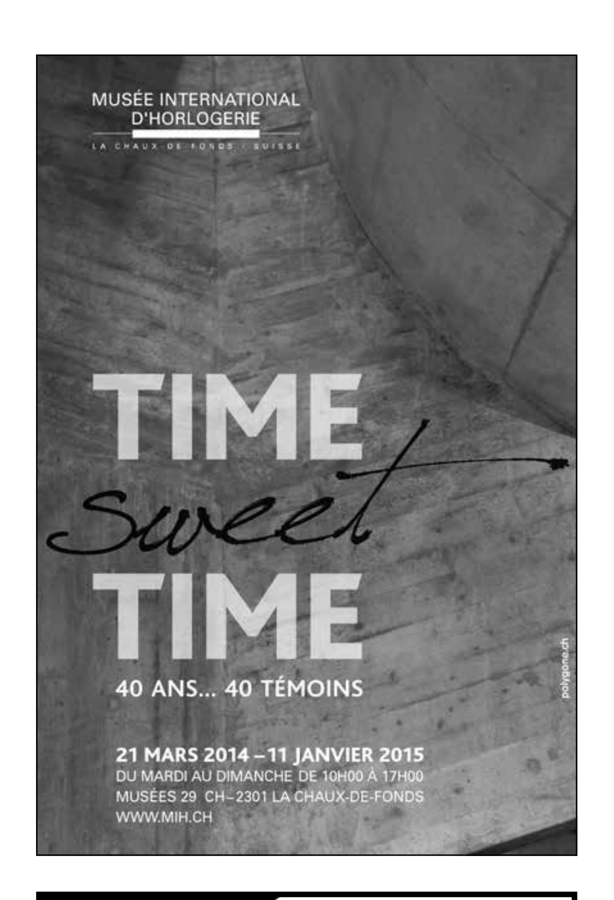
Nous nous engageons à vos côtés

Retraites Populaires, votre partenaire spécialisé en assurance vie et prévoyance, gestion d'institutions de prévoyance, immobilier et location, et prêts hypothécaires.

Caroline 9, 1003 Lausanne
www.retraitespopulaires.ch

Votre avenir, notre mission.







Décider de sa vie jusqu'à la fin

Prendre ses dispositions à temps peut être très simple, grâce au dossier de Caritas. Il contient tous les documents importants, des directives anticipées au règlement de votre succession. Afin que vous puissiez régler vos dernières volontés, de la manière dont vous organisez votre vie, conformément à vos souhaits.

Il n'est jamais trop tôt pour faire les bons choix. Commandez nos offres maintenant: www.caritas.ch/prevoyance

Caritas Suisse

Tél: +41 41 419 22 22
Courriel: info@caritas.ch



Dimanche
23 novembre 2014

Entrée libre
Parking gratuit
Restaurant
Buvette

De 9 h. à 16 h. non-stop
Aula des Cèdres
Av. de Cour 33, Lausanne

Expertise gratuite de vos timbres par experts

Pour les enfants des timbres seront offerts

Vente du bloc de la Journée du Timbre

Bourse avec15 négociants

Invité d'honneur
Club Philatélique d'Yverdon

Société Lausannoise de Timbrologie
philatelie-lausanne.ch



habitable les pièces inutilisées, non chauffées et non meublées. La valeur locative se trouve donc réduite, et les impôts également. Cette démarche est toutefois peu connue et un peu compliquée.
L'AVIVO rempli de nombreuses déclarations pour des retraités avec de petits revenus, locataires ou propriétaires. Nous verrions d'un bon œil l'augmentation de la déduction sociale pour le logement: une mesure qui toucherait les locataires aussi bien que les propriétaires...

Primes d'assurance-maladie payées en trop: solution bernoise

Le Conseil fédéral a adopté l'ordonnance qui doit permettre de rembourser une partie des primes d'assurance-maladie payées en trop. Un montant total de 800 millions de francs sera partagé entre les assurés de 9 cantons qui avaient payé environ 2 milliards de trop entre 1996 et 2013. C'est une victoire pour l'AVIVO, qui a été pionnière pour dénoncer cette injustice.
Les 800 millions sont financés à parts égales par les assureurs, la Confédération et les assurés des cantons qui avaient des primes trop basses. La Confédération verse sa part de 266 millions de francs en trois annuités entre 2015 et 2017. Les assureurs verseront leur part à la fin 2016. Ils financent leur contribution soit en puisant dans leurs réserves, à condition qu'elles soient suffisantes, soit en prélevant un supplément auprès des assurés. Le dernier tiers sera financé par les assurés domiciliés dans les cantons où des primes insuffisantes ont été payées.

Quand verrons-nous concrètement le remboursement?

Dans le projet fédéral, le remboursement est étalé sur trois ans: 2015, 2016 et 2017. A chaque fois, la somme sera partagée entre tous les assurés enregistrés au 1er janvier dans le canton. Le remboursement peut être déduit de leur prime ou versé séparément. Le montant exact, qui change d'un canton à l'autre, ne sera publié qu'en février 2015. Le total de la bonification sur les trois ans devrait varier entre quelques centaines de francs par assuré dans les cantons qui reçoivent le plus à quelques francs dans le canton qui reçoit le moins. Le premier versement est prévu en juin 2015.
Pour rappel, le Chef du Département de la Santé et de l'Action Sociale, Pierre-Yves Maillard, défendait un versement en une seule fois. Il a été évoqué que le Canton fasse un versement unique, puis encaisse les montants correspondants de la Confédération sur les trois ans. D'ici juin 2015, il est donc possible que le Canton propose une autre solution que celle retenue par le Conseil Fédéral.

Logements pour les retraités à petits revenus

La pénurie de logements pose des problèmes à de nombreux locataires à la recherche d'un appartement. Les retraités sont souvent touchés par ce problème, pour deux raisons notamment:
- Leurs revenus sont souvent plus bas que ceux des salariés.
- Ni les rentes AVS/AI, ni les prestations complémentaires ne peuvent être saisies.

En d'autres termes, si un locataire cesse ses paiements, un bailleur ne peut pas obtenir une saisie de l'AVS et des prestations complémentaires pour compenser sa dette. Un retraité est donc un débiteur moins fiable qu'un salarié. Quelques organismes ont prévu des appartements destinés spécifiquement aux retraités à petits revenus.

- **A Lausanne,** une Fondation détient un immeuble à l'Avenue de Collonges 9 réservé aux retraités AVS avec prestations complémentaires. La gérance responsable est DHR SA, Av. du Général-Guisan 44, 1009 Pully, tél. 021 721 01 14.
- **A Bussigny,** l'immeuble Riant-Mont 6 est réservé aux rentiers AVS/AI dès 55 ans. Gérance responsable: Publiaz, av. du 14 Avril 3, 1020 Renens, tél. 021 633 51 30.
- **A Crissier,** la Société Coopérative d'Habitation de Renens propose un logement aux retraités, Ch. de la Vernie 8B. Les disponibilités peuvent être demandées à la SCHR, Ch. des Biondes 46, 1020 Renens, tél. 021 632 80 94.

Le placement forcé

L'automne dernier, le 25 novembre 2013, notre section cantonale vous avait invités à participer à une journée d'information et de réflexion consacrée au logement des aînés. Cette journée a été suivie par une centaine d'entre vous. Le résultat des travaux résultants (rapport des exposés et synthèse des réflexions) est à disposition sur notre site.

Forte de l'intérêt suscité par ce type de rencontre, l'AVIVO Vaud organise le 6 novembre prochain une journée d'information et de discussion autour d'un thème qui après quelques dérives relevées par la presse a suscité une certaine inquiétude auprès de nombreuses personnes. Il s'agit du nouveau droit des curatelles et des placements à fin d'assistance.

- Peut-on nous imposer d'être mis sous curatelle?
- A quelles conditions?
- Quelles sont nos possibilités de recours?
- Quels sont nos droits?
- Qu'est-ce qu'un placement à fin d'assistance?
- Qui peut l'ordonner?
- A quelles conditions?
- Quels sont nos droits en la matière?

Cette journée répondra à vos questions sur ce sujet:

Vaud et Genève sont allés à la rencontre des proches aidants le 30 octobre.
www.vd.ch/proches-aidants
www.ge.ch/proches-aidants.

Roland Rapaz

LE COURRIER

L'essentiel, autrement.

www.lecourrier.ch

Essayez-le deux mois!
Abo Papier **35.-**
Abo Web **20.-**



Le Courrier, c'est...
- Une information de **qualité** au quotidien.
- Des sujets originaux issus d'une presse **indépendante**.
- **Les rubriques**: Région, Culture, Suisse, International, Solidarité, Religion, Egalité,...
- Des chroniques et des **dessins de presse**.
- La carte "Côté Courrier" et ses **nombreuses réductions**.

T 022 809 55 55 | F 022 809 55 67 | abo@lecourrier.ch

AVIVO Vaud

Curatelle et placement: nos droits!

L'AVIVO Vaud organise une journée d'information et de discussion sur le thème de la curatelle et des placements à des fins d'assistance

A la salle des Spectacles de Renens
le jeudi 6 novembre 2014

09h15 Accueil et café croissant.

10h00 Ouverture de la journée: salutations du président cantonal et message des autorités communales.

10h15-12h15 **La curatelle**
Deux exposés suivis de discussion et débat:
M. Frédéric Vuissoz, Directeur de l'Office vaudois des curatelles et tutelles professionnelles
Mme Colette Pauchard, juriste, Professeur EESP
Mme Christiane Jaquet-Berger, Présidente AVIVO Suisse.

12h30-13h30 Collation offerte (soupe à la courge, pain, fromage et café).

13h45-15h45 **Les placements à des fins d'assistance**
Deux exposés suivis de discussion et débat:
Dr Stéphane David, médecin
Mme Shirin Hatan, juriste à Pro Mente Sana, Genève
Mme Christiane Jaquet-Berger, Présidente AVIVO Suisse.

16h00 Clôture de la journée.

Renseignements complémentaires auprès de votre section locale AVIVO ou au secrétariat cantonal AVIVO Vaud, tél. 021 320 53 93, courriel: avivo.vaud@gmail.com.
Une annonce préalable de votre présence auprès de votre section serait appréciée.

Accès à la journée d'information

Bus: Ligne 17 (direction Renens/14 Avril ou Bussigny/Croix de Péage) arrêt Hôtel-de-Ville de Renens.
Train: Depuis la gare CFF de Renens, sortie nord, puis direction Lausanne, 200 mètres à pied.
Voiture: Places de parc payantes à proximité.

Relève des proches aidants

Où trouver de l'aide?
Comment puis-je apporter une contribution?

Les prestations de relève professionnelle ou bénévole interviennent au domicile de personnes atteintes dans leur santé et leur autonomie pour soulager le proche aidant et lui offrir des moments de répit. Cette prestation est complémentaire à d'autres prestations d'aide à domicile et d'autres formes de relève telles que les centres d'accueil temporaires ou les courts séjours.

Ces prestations qui peuvent être le fait aussi bien de professionnels que de bénévoles sont fournies par les institutions ou associations suivantes, reconnues et subventionnées par le Département de la santé et de l'action sociale (DSAS).

La relève professionnelle est offerte par:

- Le service **Phare de Pro Infirmis Vaud** qui intervient en faveur du maintien à domicile des personnes mineures ou adultes en situation de handicap en âge AI.
- Le service de présence à domicile **Alzamis de l'Association Alzheimer Vaud** qui est destiné à des personnes souffrant cette maladie ou d'une forme apparentée.
- La **Fondation PRO-XY** qui intervient en faveur d'adultes atteints dans leur santé et leur autonomie de façon durable ou momentanée en raison principalement de leur âge et vivant à domicile.

La relève bénévole est offerte par:

- La **Croix-Rouge vaudoise** qui propose deux prestations en faveur des proches aidants:
  A. Un service de relève bénévole pour permettre aux proches aidants d'obtenir du répit, de prendre un peu de temps pour assumer différentes obligations et surtout afin de prévenir l'épuisement.
  B. Des cours permettant aux proches aidants de renforcer leurs ressources personnelles et compétences relationnelles, de développer des savoir-faire dans les soins de base, d'entraîner leur capacité à mieux gérer le stress et prévenir l'épuisement.

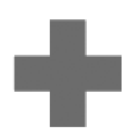
La prestation de la Croix-Rouge vaudoise s'adresse à toute personne qui consacre une partie de son temps pour aider au quotidien un proche majeur vivant à domicile et atteint dans sa santé et son autonomie. Les intervenants sont des personnes bénévoles qui offrent leur temps et leurs compétences. Ils sont recrutés, formés et encadrés par des professionnels. Cette relève bénévole pour proches aidants intervient en complément de l'offre professionnelle existante.

Pour développer cette prestation d'entraide la Croix-Rouge vaudoise recherche toujours des bénévoles et lance un appel à toute personne intéressée à s'engager en faveur d'une action de proximité. Une formation gratuite permettant une prise en charge adéquate de chaque situation est mise à disposition des futurs bénévoles.

Roland Rapaz



Croix-Rouge vaudoise
Association cantonale de la Croix-Rouge suisse



Contact pour une demande de relève:
Croix-Rouge vaudoise, rue Beau-Séjour 9-13, CP 5683, 1002 Lausanne, 021 340 00 99 du lundi au vendredi, de 8h à 12h.
Contact pour devenir bénévole:
benevolat@croixrougevaudoise.ch.

Le Courrier de l'AVIVO, les petits journaux, La Poste et l'OFCOM

Suites de la lettre ouverte adressée à Doris Leuthard

«C'est par une belle après-midi de septembre que notre joyeuse équipe monta dans le train en direction de Bienne». Ce qui aurait pu furieusement ressembler à une sortie de membres de l'AVIVO, il ne manquait que le café-croissants, était en fait le déplacement d'une délégation des responsables de journaux se rendant au siège de l'Office Fédéral de la COMmunication (OFCOM). Ceci dans le but d'y rencontrer son directeur, la juriste en chef et la responsable des relations entre l'OFCOM et La Poste.

Qu'est-ce que l'OFCOM?

Pour résumer, il s'agit de l'office chargé de contrôler l'application des lois votées par le Parlement dans le domaine de la communication. Cet office a été désigné par le Conseil Fédéral pour répondre à la lettre ouverte adressée à Doris Leuthard et que nous avons publiée dans notre édition précédente. Pour mémoire, l'essentiel était de contester la hausse des prix de distribution des journaux, qui se situe entre 20 et 40% selon les titres concernés. C'est énorme en regard des budgets aussi serrés que ceux de la presse.

Il nous a été répondu que le Parlement a donné deux consignes à La Poste:

Premièrement de rentabiliser ses prestations et d'établir les prix en fonction des coûts réels du travail, en adoptant un tarif unique sans distinction d'éloignement. Le petit village à l'écart reçoit son courrier au même tarif que la grande ville proche du centre de tri. L'OFCOM a attentivement contrôlé les prix demandés par La Poste et constaté qu'ils correspondent bien aux coûts réels.

Deuxièmement, en ce qui concerne les journaux, de répartir entre les différentes publications une aide à la presse d'un montant fixe de 50 millions. Cette aide – menacée de suppression – nous a bien été confirmée pour l'année 2015.

Le problème étant que les coûts de la rentabilisation et le montant de 50 millions n'ont pas été calculés au moment du vote sur cette loi au Parlement. Il a été découvert après coup que l'augmentation des tarifs était bien plus conséquente que l'aide accordée par la Confédération et dépassait les 50 millions octroyés.

L'OFCOM nous invite donc à retourner auprès du Parlement, seul habilité à changer la loi dans un sens qui soutiendrait davantage la presse écrite.

Le travail continue donc par des contacts parlementaires et les voies de droit (trois procès sont en cours). En attendant, nous payons...

Mica Arsenijevic



La Chaux-de-Fonds et Le Locle, villes d'art et de culture

En 2006, le magazine économique Bilanz se livrait à une classification absurde et définissait Le Locle comme «la pire ville de Suisse». Quant à La Chaux-de-Fonds, elle passe souvent, à tort, comme triste, ennuyeuse et monotone. Ce qu'infirme le profond attachement des habitants à ces deux villes où il fait bon vivre. Jean-Jacques Rousseau louait déjà l'esprit de liberté des Montagnons. Balayons donc ces préjugés!
Sait-on qu'à part leur riche tissu industriel et horloger (comprenant par exemple les prestigieuses maisons Tissot et Cartier), ces deux localités des Montagnes neuchâteloises sont aussi des villes d'art et de culture d'un grand intérêt?

La Chaux-de-Fonds, un centre d'Art nouveau
Tout d'abord, la métropole des Montagnes est remarquable par son urbanisme en damier. Elle a été reconstruite ainsi, suivant un plan rationnel, après le grand incendie de 1794. C'est du 14e étage de la tour *Espacité* que le visiteur le percevra le mieux. Celle-ci domine la grande artère qui fait la fierté des Chaux-de-Fonniers, l'avenue Léopold-Robert, dite «le Pod». Elle doit son nom à un célèbre peintre romantique du début du 19e siècle, surtout actif en Italie, auquel est consacrée une salle du Musée des Beaux-arts. Outre des œuvres de peintres régionaux qui ont représenté notamment le Jura et le travail dans les ateliers, ce musée méconnu contient le splendide legs des époux Junod: 30 tableaux dont des œuvres de Delacroix, Renoir, Van Gogh ou Modigliani. Rien que ça! Et juste à côté, le très moderne Musée de l'horlogerie attirera les passionnés de technique et de belles montres.

L'architecture
Notre parcours commencera par le beau théâtre à l'italienne construit en 1836-1837. C'est aujourd'hui le siège du Théâtre Populaire Romand (TPR) qui, comme son nom l'indique, veut ouvrir l'art dramatique à tous les publics. Puis, à quelques minutes à pied, voici l'Ancien-Manège. Il ne paie pas de mine à l'extérieur. Mais la cour intérieure, très originale, montre qu'il s'agissait probablement d'un «familistère», inspiré par les «phalanstères» de Charles Fourier, ce socialiste utopique qui voulait créer une société idéale fondée sur l'Harmonie entre les hommes. Au cœur de la ville, la belle synagogue de style byzantin nous montre que la communauté israélite compta à la fin du 19e siècle jusqu'à 900 personnes.

L'art nouveau dans les montagnes
Mais surtout, La Chaux-de-Fonds a été l'un des centres de l'Art nouveau. Ce mouvement, appelé aussi Jugendstil ou Modern Style, a dominé l'Europe entre 1890 et 1914. Il voulait supprimer le fossé entre l'esthétique et les objets de la vie quotidienne. Tout devait être beau: meubles, rampes d'escalier, vaisselle, etc. Ce style se caractérise par ses formes courbes et ses entrelacs. Dans les Montagnes, il a connu



L'Ancien-Manège de La Chaux-de-Fonds

une variante locale, le Style Sapin. Sous l'influence du grand peintre et enseignant Charles L'Eplattenier (1874-1946), on a remplacé les lotus et les palmiers par des motifs de pommes de pins, de chardons ou de gentianes. Sur la base d'une petite brochure distribuée par l'Office du Tourisme, le visiteur est invité à faire un passionnant périple à pied. Derrière les façades apparemment monotones de simples maisons ouvrières, il découvrira des grilles de fer forgé, des vitraux, des décors floraux d'escalier qui sont de véritables bijoux. Il ne faut pas manquer non plus le Crématorium de 1908, situé sur les hauts de la ville. Cet extraordinaire ensemble architectural et décoratif, avec ses fresques et ses mosaïques invitant à la méditation, constitue une œuvre d'art totale et une synthèse de l'Art nouveau.

Les réalisations architecturales de Le Corbusier

Charles Edouard Jeanneret (1887-1965) est né à La Chaux-de-Fonds. A vrai dire, ce génie de l'architecture contemporaine n'a guère été compris dans sa ville et il s'est exilé à Paris, où il a pris le nom de Le Corbusier. C'est lui qui figure sur nos billets de 10 francs! Prenant le contre-pied de l'Art nouveau, avec ses volutes et parfois sa surcharge décorative, il a prôné un style rationnel, les angles droits, les pièces ouvertes au soleil et à la lumière, les meubles fonctionnels. C'est dans sa ville natale qu'il a réalisé en 1912, pour ses parents, sa première maison, la Villa Blanche, qui peut se visiter. On en appréciera la pureté des lignes, la luminosité des espaces intérieurs et l'insertion dans un beau paysage de sapins. Autre création: la fameuse Villa Turque, construite en 1917. On voit donc que La Chaux-de-Fonds est très riche en bâtiments intéressants.



L'Hôtel-de-Ville du Locle

La petite sœur, Le Locle

Plus modeste, la deuxième ville horlogère des Montagnes vaut cependant le détour. On y admirera d'abord l'imposant Hôtel de Ville érigé en 1918. Avec ses mosaïques dues à l'artiste Ernest Biéler, il constitue un mélange de style Art nouveau et de Heimatstil, ce style «patriotique» épousant la forme du chalet et très en vogue au début du 20e siècle. Un détour s'impose par le Musée des Beaux-arts. Celui-ci contient une belle collection de peintres du Jura, dont les frères Barraud de La Chaux-de-Fonds, représentatifs de la Nouvelle Objectivité, cette école picturale venue d'Allemagne qui représente êtres humains et objets avec une froideur volontaire.

Le Locle possède elle aussi son Musée d'horlogerie: cette activité industrielle a vraiment forgé l'âme des Montagnes neuchâteloises, ainsi que du Jura français voisin! De surcroît, Le Locle est un point de départ idéal pour une série d'excursions dans la région: signalons le Saut-du-Doubs depuis le village des Brenets, les moulins à eau souterrains du Col des Roches, La Brévine réputée pour ses pistes de ski de fond… et son froid sibérien.

Les deux cités des Montagnes constituent donc un but idéal pour un week-end, par exemple lorsque, du haut de leurs 1'000 mètres d'altitude, elles bénéficient en hiver du soleil, alors que la plaine est sous le stratus. Et pourquoi pas une belle sortie de l'AVIVO?

Pierre Jeanneret

Joël Vuagniaux
Directeur de l'Association Kokopelli Suisse

Olivier Conod (OC) Qui est Kokopelli?
Joël Vuagnaux (JV) Kokopelli se veut au service de la fertilité de la vie et de son développement. C'est une association qui promeut une production agricole par des semences biologiques non modifiées. Elle refuse de se soumettre à des réglementations et à des influences qui serviraient à monopoliser et à privatiser le patrimoine des semences qui représente l'héritage de nos ancêtres.


Joël Vuagniaux

(OC) Quels sont les objectifs de Kokopelli?
(JV) Nous voulons préserver et multiplier des collections de plantes potagères et mettre sur le marché des semences biologiques qui répondent aux besoins des jardiniers, maraîchers et agriculteurs.
Nos semences sont dites «à pollinisation ouverte» donc reproductibles par les utilisateurs, contrairement aux semences hybrides F1 et OGM (Organisme Génétiquement Modifié).
A l'heure actuelle, l'essentiel de ces variétés n'est plus commercialisé par les semenciers car la réglementation européenne en restreint la distribution. Ainsi, les multinationales prennent le contrôle du marché de la semence.
La vie a réuni dans la semence les possibilités de production et de reproduction dans un même processus. Les multinationales voudraient une option et un contrôle sur la capacité de reproduction, alors que celle-ci fait intrinsèquement partie du vivant. Dès lors que la semence ne peut se reproduire, celle-ci devient rare et son prix augmente par la spéculation financière. Il s'en suit une paupérisation des producteurs.
Ce phénomène attise rivalité et compétition. Notre système économique nomme cela «le libre marché». Un grain de blé en produit mille, non seulement pour nourrir, mais aussi pour reproduire. Ce merveilleux don de la nature permet une abondance que nous ne savons pas gérer, car elle est perçue comme un facteur de baisse des prix. Le système économique sait parfaitement gérer et engendrer « la rareté », il serait temps de sortir de l'angoisse et faire face à la possibilité de l'abondance et à apprendre comment la gérer !

(OC) Kokopelli a installé son Centre de promotion, d'action et de formation dans le village de Bretonnières, pourquoi ce choix?
(JV) J'ai habité ce village, avant de décider d'y installer l'Association. Pour moi, le centre de quelque chose est là où l'on se trouve. Nous avons besoin de vivre en relation avec le patrimoine agraire et bâti. Il nous est apparu que le pied du Jura vaudois était une région favorable pour développer une collaboration avec les cultivateurs qui produisent des aliments biologiques et contribuer à en élargir le réseau.

(OC)Quelle est votre formation?
(JV) Je suis issu d'une famille paysanne où cet art est pratiqué depuis la nuit des temps. J'ai suivi une formation dans ce domaine, puis en arts visuels. J'ai repris des études tardivement et me suis spécialisé en études du développement à l'IUED à Genève et en permaculture en Australie.

(OC) En quoi consiste votre travail?
(JV) Les thématiques principales sont le sol, les semences et les pollinisateurs. Nous voulons transmettre au public les savoir faire et des points de repère, comme la préservation d'un sol vivant



et fertile pour recevoir des semences biologiques qui assurent une qualité nutritionnelle plutôt qu'industrielle. Les abeilles et tous les autres insectes sont indispensables à la pollinisation de plus de 80% de notre alimentation. Les semences font partie et doivent rester un patrimoine commun. Ces thématiques sont les 3 clés de l'autonomie et de la souveraineté alimentaire. Malheureusement le sol est considéré comme un substrat à exploiter en faisant recours à tous les «biocides», entre autres herbicides et pesticides.

(OC) Vous proposez un développement économique autre que le système actuel?

(JV) Un développement responsable et juste passe par une relecture des fondamentaux du système actuel qui sont catastrophiques: financiarisation totale, centralisation, épuisement des ressources et privatisation progressive des biens communs. On accroît la richesse des riches, et augmente la misère des pauvres. Les biens communs sont privatisés, la capacité à construire soi-même son quotidien diminue, la difficulté de la jeunesse à trouver un intérêt à une profession le prouve. Ce système de croissance est en bonne partie un échec. Pour sortir de ce système qui va du côté de la mort et non de la vie, les biens communs doivent rester des biens communs et la créativité de chacun doit être préservée et soutenue.

Il faut garder sa capacité personnelle à construire son quotidien et ne plus en laisser le choix à d'autres. On pourrait par exemple maintenir des savoirs faire pour se libérer des impératifs de la consommation, limiter la taille des entreprises et développer une économie informelle. La valorisation des connaissances de chacun favorise un développement des richesses qui est autre que financière.

La création de monnaies locales engendre des revenus locaux qui sont dépensés sur place. Une manière de compenser les pratiques des grands groupes dont les logiques d'implantation et de rapatriement des profits ignorent les territoires.

(OC) J'ai eu le plaisir de participer aux deux assemblées générales que vous avez organisées. J'ai constaté que vous étiez secondés par de jeunes adultes et que vous y avez combiné conférences et produits de la région à déguster.

(JV) En effet, nous avons plus de 700 membres dans notre association. Nos jeunes bénévoles participent assidûment à la vie de Kokopelli-Suisse. Nous aimerions également collaborer avec des seniors qui pourraient nous soutenir par leur expérience et compétence et par un engagement régulier, car nous pensons que nos actions les concernent et qu'ils sont plus disponibles que les jeunes. L'échange d'idées et d'expériences entre les générations favorise le développement de chacun et par là même de notre société. Et puis, nous avons besoin d'eux pour nous sortir de l'impasse ou se trouve notre société...

Propos recueillis par Olivier Conod



Coordonnées de Kokopelli

Kokopelli est ouvert tous les mercredis après-midi de 13h30 à 17h30 pour accueillir les personnes qui veulent s'informer et acheter des semences biologiques et fertiles, des livres, DVD, outils etc.

Kokopelli
Rue du Puits 10
1329 Bretonnières

Lait, lactase et développement de l'espèce humaine

C'est au début du Néolithique, il y a 9'000 ans, que l'homme commença à domestiquer certains animaux, développa l'agriculture et commença à se sédentariser. Et c'est à cette époque qu'il se mit à consommer le lait des bovins et des ovins, et qu'il se mit à fabriquer du fromage et du yaourt. Le lait devait dès lors jouer un rôle majeur dans le développement de l'espèce humaine. Qu'est-ce donc que le lait, comment le digère-t-on, et pourquoi pense-t-on qu'il a joué un rôle majeur dans l'histoire de l'homme? C'est ce qu'un vaste projet scientifique international (LeCHE*) essaie actuellement de définir.

Le lait: Liquide biologique de haute valeur nutritionnelle, le lait est la principale source de nutriments et d'eau pour tous les jeunes mammifères. Il contient du calcium et de la vitamine D. Il est riche en protéines, en graisses, et en lactose (**). Il est donc un aliment idéal pour la croissance rapide du nouveau-né.

La lactase: Le lactose est dégradé dans le tube digestif par une enzyme, la lactase, puis absorbé dans l'intestin grêle. Cette enzyme est présente chez tous les jeunes mammifères. Sa production diminue avec l'âge, et disparaît dans les premières années de vie. Dans l'espèce humaine, la lactase est totalement absente chez plus de 70% des adultes. Ces derniers sont alors incapables de digérer le lactose qui, métabolisé par les bactéries intestinales, entraîne des ballonnements, des crampes d'estomac et des diarrhées. On parle alors d'intolérance au lactose. Certains adultes, un peu moins de 30% de la population adulte mondiale, conservent au contraire toute la vie leur capacité de digérer le lait cru. Pourquoi cette différence entre certains groupes humains?

Mutation du gène de la lactase: Pendant au moins 200'000 ans d'évolution de l'espèce humaine, seuls les enfants tolérèrent le lait. Puis, il y a environ 10'000 ans, une mutation du gène responsable de la synthèse de la lactase apparut, probablement chez un berger des plaines fertiles de Hongrie. C'est sur la base de l'analyse des carcasses d'animaux qu'a pu être datée l'apparition de la mutation du gène de la lactase. Lorsque les animaux étaient élevés essentiellement pour la production de viande, on attendait pour les sacrifier qu'ils aient atteint leur taille maximale, donc à un âge relativement avancé. Au contraire, dès que les animaux ont été élevés pour la production de lait, leurs petits ont été éliminés à un âge beaucoup plus jeune, de façon à pouvoir traire les femelles domestiquées et consommer leur lait. Les chercheurs du projet LeCHE estiment que la mutation de la lactase est survenue vers 7'500 ans avant J.-C.

Pratique de l'élevage et domestication: Certains experts se sont demandé si la domestication des bovins était survenue avant la mutation permettant aux adultes de digérer le lait ou après. De fait il est apparu que même sans lactase, les hommes du Néolithique ont pu consommer les produits laitiers tels que fromage et yaourt. En effet lors du processus de fermentation qui transforme le lait en yaourt et puis en fromage à pâte dure, le lactose disparaît progressivement, de sorte que la lactase n'est plus nécessaire pour leur digestion.

La découverte en Pologne de tessons de poterie vieux de 9'000 ans, indique que les bergers de cette époque savaient déjà fabriquer du fromage. Les pots, percés de petits trous, servaient probablement à séparer les composants, solides ou liquides, du lait fermenté. L'analyse chimique de ces pots a révélé la présence de résidus graisseux de produits laitiers. Les apports nutritifs du lait ont donc été très importants, même si les adultes n'étaient pas en mesure de digérer le lait cru. L'élevage du bétail pour en tirer du lait a donc dû commencer bien avant l'apparition de la mutation permettant aux adultes de digérer le lait. Mais cette mutation s'est bien sûr révélée

très avantageuse, puisqu'elle permettait à l'individu de profiter des apports nutritionnels du lait bien au-delà de l'enfance.

Diffusion de la mutation vers le nord: A l'évidence, la capacité de digérer le lait à l'âge adulte représenta un avantage tel que par sélection naturelle la mutation se répandit rapidement dans les populations humaines, surtout dans celles du nord. Pourquoi surtout celles du nord? Peut-être parce que dans ces populations nordiques privées de soleil, le calcium et la vitamine D apportés par le lait représentaient un avantage plus grand que dans les populations du sud inondées de soleil, dont on sait qu'il favorise la synthèse cutanée de vitamine D. On peut aussi penser que dans les pays froids du nord, la possibilité de stocker des produits laitiers pendant le long hiver offrait un avantage substantiel. Le lait était aussi une source d'eau importante, il évitait donc la consommation d'eau polluée. Quelles qu'en soient les raisons, la mutation permettant de digérer le lait à l'âge adulte se répandit très rapidement dans les pays du nord, comme la Scandinavie, la Grande-Bretagne, la Russie ou les pays d'Europe centrale. La mutation n'atteignit au contraire que rarement les populations du sud de l'Europe ou de l'Afrique centrale et moins encore les peuples de l'Afrique du Sud, d'Amérique latine ou du Sud-Est asiatique. Les 70% de la population adulte présentant une intolérance au lait habitent donc dans les pays du sud et les 30% tolérant le lait dans l'hémisphère nord. Cette répartition n'est cependant pas homogène. C'est ainsi qu'en Afrique les Peuls sont dans leur majorité tolérants au lactose. Les raisons de la force de pénétration de la mutation permettant la persistance de la lactase ne sont pas encore totalement élucidées.



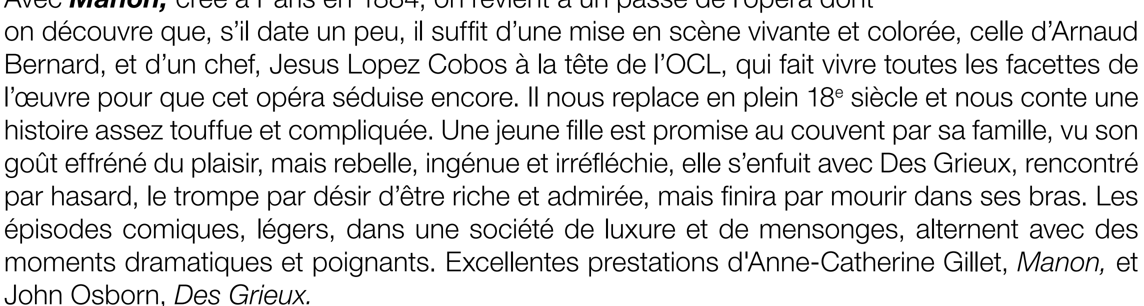
Persistance de la lactase: la mutation la plus spectaculaire de l'histoire de l'Homme!
Les spécialistes de l'évolution estiment que la mutation du gène de la lactase, marque l'une des étapes les plus fondamentales de l'histoire de l'espèce humaine. En quelques milliers d'années, à une vitesse que les spécialistes de l'évolution estimaient impensable, la mutation s'est répandue dans toute l'Eurasie, la Scandinavie, la Grande-Bretagne et a même atteint l'Inde. En un clin d'œil évolutionniste, plus de 70% des Européens devinrent des buveurs de lait, alors qu'à l'échelle mondiale près des deux-tiers des humains adultes y sont intolérants. La rapidité de la diffusion de cette mutation demeure l'un des plus épais mystères de l'histoire de l'évolution humaine. Le fait que la capacité de digérer le lait à l'âge adulte ait fourni à l'homme un produit de haute valeur nutritive, riche en calcium et en vitamine D, qu'il ait apporté à la femme des réserves de graisses améliorant sa fertilité et qu'il ait fourni à l'*homo sapiens* une source d'eau potable explique probablement la force de sélection naturelle de la mutation du gène de la lactase. Mais tout n'est pas encore clair dans cette histoire de lait. C'est pour mieux comprendre le mystère de l'évolution de ce gène puissant que le grand projet international LeCHE réunissant physiologistes, biochimistes, paléo-généticiens et bio-archéologues de plusieurs universités européennes a été mis sur pied. En attendant la conclusion des travaux de ce groupe, continuons à bénir la lactase et à boire du lait.

Dr Jean-Pierre Guignard

* *LeCHE: Lactase persistence in the early Cultural History of Europe)*

** *Lactose: il est formé de deux molécules, le glucose et le galactose. Le lactose est scindé en ses deux composants par une enzyme, la lactase. Au contraire du lactose, le glucose.*

Opéra



La saison de l'Opéra de Lausanne

Manon de Massenet ouvrait la saison 2014/2015 de l'Opéra de Lausanne, dont la programmation affiche cette année deux créations: ***Le Petit Prince*** d'après Saint-Exupéry de Michaël Levinas en novembre et ***Solaris*** de Daï Fujikura en avril prochain.

Avec ***Manon,*** créé à Paris en 1884, on revient à un passé de l'opéra dont on découvre que, s'il date un peu, il suffit d'une mise en scène vivante et colorée, celle d'Arnaud Bernard, et d'un chef, Jesus Lopez Cobos à la tête de l'OCL, qui fait vivre toutes les facettes de l'œuvre pour que cet opéra séduise encore. Il nous replace en plein 18e siècle et nous conte une histoire assez touffue et compliquée. Une jeune fille est promise au couvent par sa famille, vu son goût effréné du plaisir, mais rebelle, ingénue et irréfléchie, elle s'enfuit avec Des Grieux, rencontré par hasard, le trompe par désir d'être riche et admirée, mais finira par mourir dans ses bras. Les épisodes comiques, légers, dans une société de luxure et de mensonges, alternent avec des moments dramatiques et poignants. Excellentes prestations d'Anne-Catherine Gillet, *Manon,* et John Osborn, *Des Grieux.*

Voilà qui augure bien d'une programmation qui affiche donc les 5, 7, 8, 9 et 12 novembre ***Le Petit Prince,*** un opéra dit jeune public (dès 7ans), mais qui certainement séduira tout autant parents et grands-parents.





La Veuve Joyeuse de Lehar pour les fêtes de fin d'année (à noter: représentations le dimanche 21 décembre à 17h et le dimanche 28 à 15h).
L'Enlèvement au Sérail de Mozart (le dimanche 18 janvier à 17h) en coproduction avec l'Opéra de Fribourg.
La Traviata de Verdi (le dimanche 8 février à 17h et le dimanche 15 février à 15h).
Ensuite on verra ***Tancrède*** de Rossini en mars, ***Solaris,*** donc une création, en avril et ***La Flûte Enchantée*** de Mozart en juin. Une pluie d'étoiles comme titre le programme! Et toujours avec des représentations en après-midi et des prix AVS dès Fr. 25.-, Fr. 30.- ou Fr. 35.- selon les spectacles, ce qui est à souligner.

Myriam Tétaz

Spectacle

Jazz et chanson italienne à Renens – Giorgo Conte

On dit de lui qu'il est capable d'émouvoir les pierres. A 71 ans, le frère de *Paolo Conte* sait dire les choses les plus graves avec légèreté, et les choses légères avec profondeur. Un savoureux mélange d'humour et d'élégance à l'italienne, on tombe sous le charme...



Giorgio Conte

Grâce à ses parents, Giorgio Conte découvre très jeune le répertoire des chansons françaises et italiennes, de même que le jazz. Adolescent, il forme avec son frère un petit ensemble dans lequel il joue de la batterie. Malgré son amour pour la musique et son talent d'auteur-compositeur, il ne se destine pas à une carrière musicale et devient avocat. Depuis plus de trente ans, Giorgio Conte compose des chansons reprises par de grands interprètes comme Wilson Pickett, Milva, Mireille Mathieu, Ornella Vanoni, Adriano Celentano, Mina, Francesco Baccini ou, bien entendu, son frère Paolo Conte. Ce n'est qu'au début des années 1990 qu'il monte sur scène. Passionné de vieux jazz, de musiques populaires et de chanson française, Giorgio Conte sait comme personne susurrer des paroles d'amour sur fond de jazz-musette et créer des ambiances aux charmes désuets et méditerranéens. Un monde poétique, mélange d'amours très doux, de souvenirs d'enfance, de questions simples et en même temps complexes de la vie...
Voix, guitare: Giorgio Conte, chœur, accordéon, piano, vibrandonéon: Bati Bertolio, batterie, basse vocale:Alberto Parone.
Vendredi 7 novembre 2014 à 20h. à la salle de spectacles de Renens, rue de Lausanne 37.
Billets: fnac.ch. Sur place, le soir du spectacle dès 19h Fr. 25.- / AVS Fr. 20.- / moins de 25 ans Fr. 15.-. Prélocations: www.renens.ch ou tél. 021 632 75 04.

Exposition anniversaire

L'Espace Gutenberg fête ses 20 ans

L'inventeur de l'imprimerie moderne, Johannes Gensfleisch dit Gutenberg, est né il y a plus de 600 ans. Depuis des décennies, de nombreux musées et institutions célèbrent ce personnage qui a bouleversé les habitudes de communication et permis au monde entier d'accéder au savoir et à la connaissance.

A Montoie !

Un lieu d'accueil chaleureux
pour les réceptions des familles
affectées par un deuil.

Espace Carpe Diem

Av. de Montoie 41 • 1007 Lausanne

A 100 mètres du centre funéraire
Espace privé • Prix modérés

Renseignements et réservations au
tél. 021 601 58 44
de 8h à 22 heures, week-end et
jours fériés compris
www.espacecarpediem.ch



Ligue vaudoise
contre le rhumatisme
Notre action – votre mobilité

Rhumatisme ?

- **choisissez un cours pour bouger régulièrement :** gymnastique au sol, Active Backademy (gym d'entretien du dos), Aquawell et Aquacura (gym dans l'eau) ou Tai chi ;
- **participez à des vacances accompagnées** ;
- **pensez aux moyens auxiliaires** qui facilitent votre quotidien.

Demandez notre documentation ou consultez notre site
www.liguerhumatisme-vaud.ch

Tél. 021 623 37 07

ASSISTANCE À DOMICILE
pour la ville et la campagne



Soins, Accompagnement et Aide au ménage

Jour et nuit, 7/7, week-end; personnel qualifié avec experiénce; flexible et fiable; tarifs fixes; reconnue par toutes les caisses maladie.

Assistance à domicile pour la ville et la campagne SA
Tél. 021 311 19 11, www.homecare.ch

Spitex Privée



Profitez des rabais et avantages de la SUNCARD

PHARMACIE-APOTHEKE SUN STORE
Privilège
SUNCARD
AVANTAGES VIP
10% IMMÉDIAT

Avec la SUNCARD, c'est
10% de rabais* immédiat.

Le 10 de chaque mois, et le jour de votre anniversaire, c'est 10% supplémentaires soit **19% de rabais***
(Maximum 2 avantages cumulables et selon nos conditions générales).

www.sunstore.ch



Petite presse Magand,
une machine unique en Suisse

À Yvonand, une poignée de passionnés entretiennent d'ancestrales machines et ne cessent d'enrichir un patrimoine parmi les plus intéressants qui soit. Tous les équipements et toutes les machines sont actionnés manuellement sans aucune force électrique. Juste de la belle mécanique qu'il s'agit de réviser régulièrement pour que tout fonctionne à la perfection, tel une horloge suisse. La préservation de ces merveilleux systèmes, destinés à la composition des textes, à la reproduction des illustrations ou à l'impression sur papier/carton, est assurée par des professionnels qui ont su transmettre leur savoir avant qu'il ne disparaisse.

Venez découvrir les trésors conservés à *l'Espace Gutenberg* et les différentes facettes des métiers de l'imprimerie:
• la composition des textes, les règles et la disposition typographiques
• l'impression typographique sur différentes machines d'époque
• la taille-douce et la lithographie
• la fabrication du papier et la reliure artisanale.

L'Espace Gutenberg vous invite à partager sa passion du bel ouvrage et des arts graphiques lors d'une journée portes ouvertes qui se déroulera samedi 8 novembre 2014, de 13h à 17h.
L'Espace Gutenberg se trouve dans les abris PCi du Collège du Brit à Yvonand.
Pour toute information complémentaire, vous pouvez contacter Philippe Evard au 079 213 49 11 ou philougraphe@bluewin.ch.

Presse typographique à genouillère, début du 19e siècle

Coup de griffes

Postfinance: Mode d'emploi...

J'ai ouvert, il y a bien longtemps déjà, un compte de chèques postaux. Je l'utilisais sans souci. Un jour l'aimable employée du guichet de la poste de B. m'a dit: «Vous n'avez pas de compte *Deposito?* Vous devriez en ouvrir un, c'est plus avantageux». Son sourire m'a convaincu, j'ai ouvert un compte *Deposito,* que je n'ai pas eu l'occasion d'utiliser. Quand quelques années plus tard j'ai demandé à la même employée de me faire un transfert sur ce compte *Deposito,* elle m'a répondu, très gentiment: «Ça n'existe plus, cher Monsieur. Maintenant on l'appelle *Compte d'épargne de PostFinance.* Savez-vous qu'il vous offre de nombreuses possibilités? Ecoutez, je vais vous prendre un rendez-vous avec la direction *PostFinance SA,* rue des Terreaux. Ce sera plus simple, ils vous expliqueront tout». Elle a pris son téléphone, en me tendant une carte intitulée *Votre filiale de Lausanne Terreaux* avec l'adresse de l'office. «Voilà, le rendez-vous est pris». L'aventure pouvait commencer. Au revoir Madame, et merci.

Deuxième étape

Quelques jours plus tard, à la date indiquée je me suis rendu au siège de *PostFinance.* Un chef de bureau m'a reçu très poliment, en m'offrant un petit café: «Je vais vous expliquer les offres de *PostFinance.* Ca prendra une petite heure. Ça va?». «Eh bien, allons-y!». Sortant une feuille blanche A4, il m'a dit: «Moi j'aime expliquer au moyen de graphiques». Et le voilà traçant deux grands cercles: «Le premier, c'est votre *CCP* actuel, et le second c'est votre compte *Deposito...* qui n'existe plus». Il a alors tracé alors une grande croix sur le 2e cercle, en le remplaçant par un 3e cercle du même diamètre: «Ça c'est votre compte *Deposito* devenu *Compte d'épargne Postfinance*». C'est bon, j'avais compris.

Le chef de bureau a fait une pause puis a repris: «Et maintenant vous avez la possibilité d'accéder vous-même à votre compte courant et à votre compte d'épargne. Il a alors tracé deux nouveaux cercles, avec le préfixe «*e*» à l'intérieur. «Et voilà, c'est fait! Vous allez recevoir par courrier postal votre numéro e-finance, votre mot de passe, une carte avec fonction *ID* et un lecteur de *Postfinance Card.* Et le tour sera joué». J'ai écouté, avec la peur de ne pas tout retenir. Devinant mon inquiétude, le chef de bureau m'a rassuré: «Mais tout ça, l'une des dames au premier étage vous l'expliquera lorsque vous reviendrez muni de vos documents». J'ai pris congé et j'ai attendu que le facteur m'apporte les documents.

Troisième étape

Trois jours plus tard j'ai reçu mon lecteur de *Postfinance Card* jaune, semblable à une calculette. Encore deux jours et j'ai reçu mon numéro *e-finance,* un long numéro à 9 chiffres, avec un mot de passe à 8 chiffres. C'est bon, je pouvais redescendre à la rue des Terreaux. Là on m'a fait attendre, avec un petit café. Une jeune dame est arrivée, s'est présentée, s'est assise et m'a dit: «Maintenant je vais vous expliquer comment accéder à votre compte d'épargne *PostFinance.* J'aime le faire avec des graphiques». Elle a tracé un cercle sur une grande feuille blanche, et inscrit au milieu du cercle un grand e-épargne. Elle m'a demandé mon numéro *e-finance* à 9 chiffres que j'avais reçu, puis mon mot de passe à 8 chiffres. Je les lui ai lu lentement. «Très bien, et maintenant prenez votre carte avec *fonction ID,* et introduisez-la dans le lecteur». Je l'ai introduite. «Et maintenant entrez dans le lecteur de *Postfinance Card* le nombre qui apparaît dans e-finance à côté de Saisie. Et vous appuyez sur la touche *OK.* Sur le lecteur de *PostFinance Card* apparaît à présent *NIP + OK.* Entrez le *NIP* de votre carte. «Ah?, j'ai besoin d'un *NIP*?». «Oui bien sûr Monsieur, et si vous ne l'avez pas, vous allez sans doute le recevoir sous peu par courrier postal». Je suis rentré à la maison, j'ai attendu deux jours, et j'ai reçu mon *NIP*, un numéro à 6 chiffres. Je suis redescendu aux Terreaux avec le *NIP,* le lecteur de *PostFinance Card,* et tous mes papiers. On a repris le travail, avec la même employée, toujours souriante. En donnant mon *NIP* à 6 chiffres, j'ai demandé naïvement: Ce

NIP compliqué, j'aimerais le simplifier pour m'en souvenir plus facilement. Vous pouvez me le modifier?». «Non, me dit l'employée, je ne peux pas le faire ici. Pour cela vous devez utiliser le Postomat de la poste de Saint-François, ou celui de la poste de la Riponne». «Ça tombe bien, ais-je dit, puisque je dois passer par la Place de la Riponne pour rentrer chez moi».
J'ai impression que vous ne me suivez plus, chers lecteurs de l'AVIVO. Et pourtant nous sommes encore à peine à mi-parcours. Un accès direct à votre compte e-épargne, ça doit se mériter. Mais je sais que votre temps est précieux. Alors pour ne pas vous faire languir, je résumerai la fin en quelques lignes:
Au *Postomat* de la Riponne, impossible de changer le *NIP* de ma carte. Pas de problème, je suis allé demander de l'aide. J'ai pénétré dans l'office postal, et tiré mon ticket, le N° 104. On en est au N° 81, l'attente ne devrait pas être trop longue, une dizaine de minutes peut-être. J'en ai profité pour feuilleter les livres de la *Cuisine de grand-mère* et de la *Pharmacie naturelle,* et pour me demander si je n'avais pas besoin d'un cadenas, d'étiquettes ou de bougies. Le numéro 104 s'est illuminé, c'était mon tour. Au guichet, la jeune employée à qui je me suis adressée n'a pas pu me renseigner sur la panne du *Postomat.* «On pourrait peut-être demander à la responsable, je suggère?». Pas de chance, elle



Une certaine complexité pour un geste simple...

était absente ce jour-là. Tristement, je suis revenu sur mes pas et me suis rendu au *Postomat* de la poste de Saint-François, pour modifier mon mot de passe. Miracle, cela a fonctionné!
Voilà, mon chemin de croix était presque terminé. Presque, parce que lorsqu'arrivé à la maison j'ai recommencé l'opération à zéro, en suivant scrupuleusement la marche à suivre décrite dans la brochure *«Mode d'emploi pour le login à e-finance»,* le lecteur de *PostFinance Card* m'a annoncé qu'il ne reconnaissait pas mon mot de passe.
Au bord de la crise de nerfs, je suis sorti pour m'aérer. Sur le palier j'ai rencontré ma voisine qui se rendait à la Poste de Bellevaux. Elle tenait dans sa main le petit carnet jaune qu'elle utilise pour faire ses payements. Quand je lui ai raconté mes pérégrinations elle m'a conseillé vivement de faire comme elle, avec une mise en garde: «C'est très bien ce carnet, mais les files devant le guichet sont parfois très longues».
Peu importe la file d'attente! J'en profiterai pour faire mes achats: savons, perforatrices, livres de Paulo Coelho ou de Jacques Salomé, colle, piles *Duracell*... Et je retrouverai avec émotion le petit carnet jaune dont ma mère se servait il y a une cinquantaine d'années pour faire ses payements. A *PostFinance,* on est toujours à votre service.

Jean-Pierre Guignard

PS: La marche-à-suivre esquissée ci-dessus a été simplifiée. Ceux qui voudront recevoir la version originale détaillée peuvent s'adresser à PostFinance et demander l'une des versions en 4 langues du Mode d'emploi pour le login à e-finance.

Terre des hommes
Aide à l'enfance. tdh.ch

Quand le don a un goût d'éternel

Comment peut-on sauver des vies avec son testament?
La réponse avec Vincent Maunoury, responsable du secteur philanthropie et successions au sein de l'ONG suisse Terre des hommes – Aide à l'enfance à Lausanne.
De nombreux Romands choisissent d'inscrire Terre des hommes (Tdh) parmi leurs légataires. Quels sont les arguments qui les convainquent selon vous?
D'abord le fait que nous existons depuis plus de cinquante ans et que nous sommes connus pour l'aide efficace que nous apportons chaque année à des millions d'enfants du monde entier et de leurs communautés. En outre, en répartissant le 87% des recettes sur nos projets concrets, nous prouvons que nous utilisons tous les dons de manière très efficace.

Quel est le profil de ces donateurs testamentaires et quelles sont leurs motivations?
Un donateur testamentaire sur deux était déjà donateur de son vivant auprès de notre fondation. Celui-ci désire alors prolonger son action dans l'au-delà, le geste est très fort. Ensuite, nous faisons en sorte d'informer le grand public sur la possibilité de donner une partie ou la totalité de son héritage à une ou plusieurs ONG et en particulier à Terre des hommes. Ce sont parfois les notaires, eux-mêmes donateurs, qui encouragent l'un de leurs clients sans héritier direct à inclure Tdh dans leurs legs. Enfin, il arrive aussi que l'on communique à travers des brochures ou divers événements afin de sensibiliser le public concerné à la question de la donation testamentaire.

Est-ce compliqué d'introduire une ONG dans ses légataires?
Nous ne sommes pas des conseillers juridiques, donc nous n'apportons pas d'aide sur ce point précis. Nous tenons simplement à rappeler qu'il est important de rédiger un testament afin qu'il n'y ait pas une application stricte du droit successoral qui, parfois, ne correspond pas aux volontés de la personne qui disparaît. Il s'agit donc de rédiger une première ébauche manuscrite que l'on fait ensuite valider par un notaire ou un avocat spécialisé en droit des successions.
Cette dernière étape est essentielle, sinon le testament risque d'être totalement remis en question.

Êtes-vous en contact avec celles et ceux qui vous ont inscrit dans leur testament?
Dans certains cas, oui, nous proposons alors souvent de nous rencontrer et de faire une visite du siège en Suisse ou même des projets terrains d'action à l'étranger. Bien souvent les dons qui nous sont versés peuvent ensuite être utilisés sur n'importe quelle mission, mais il arrive parfois que le donateur désire que son argent soit affecté à une cause particulière. Ceci fonctionne naturellement sur la confiance.

Quelle part de vos revenus représente ces donations post mortem?
Il s'agit d'environ 7% de nos recettes, mais c'est très variable car il peut arriver qu'une ou deux personnes très fortunées nous lèguent une partie de leur fortune, ce qui a alors un impact direct et significatif sur nos rentrées financières. De manière générale, nous constatons actuellement une progression de ce type de don et ce pour toutes les ONG. Aujourd'hui, sur les 30 milliards annuels du marché des successions, entre trois et quatre cent millions reviennent à des organisations caritatives.

Jonas Schneiter,
Mediaplanet Group AG

Publireportage

© Tdh / Jean-Luc Marchina - Inde

Votre dernier cadeau sera le plus beau !

Terre des hommes, une aide à l'enfance dans le monde entier.

Agir durablement pour la santé et la protection des enfants.
Depuis 53 ans, Terre des hommes soutient les enfants malnutris et malades, améliore l'accès à l'eau et promeut l'égalité d'accès aux services de santé publique.

Terre des hommes protège les enfants exploités, privés de liberté, placés en institution et en danger lors de catastrophes naturelles ou de crises humanitaires. **Votre testament en faveur de l'enfance contribue à l'engagement de Terre des hommes.**

85 %
des sommes récoltées sont affectées aux programmes, donc aux enfants.

Commander gratuitement nos guides des successions à l'aide du coupon ci-dessous ou contactez directement votre partenaire **Vincent Maunoury, T +41 58 611 07 86, vmu@tdh.ch.**

Plus d'infos: Calculez votre part d'héritage disponible sur www.tdh.ch/donate/legacy



Je commande la documentation gratuite sur les guides des successions.

Veuillez retourner ce bulletin par fax, e-mail ou par courrier.

Nom: ....

NPA / Lieu: ....

Prénom: ....

Tél: ....

Adresse: ....

E-mail: ....



Siège I Hauptsitz I Sede I Headquarters
Avenue de Montchoisi 15, CH-1006 Lausanne
T +41 58 611 06 66, F +41 58 611 06 77
E-Mail: info@tdh.ch, CCP/PCK: 10-11504-8



ctrl+q: la Revue!

Mettez-vous à la place de ce jeune retraité de 74 ans qui décide de se mettre à l'informatique…

Un calvaire pas virtuel du tout commence pour lui! Choisir un mot de passe, un avatar, envoyer un e-mail, chatter, surfer, il a bien sa fille et sa petite-fille «geek» pour l'aider un peu mais ça «ram», ça «pixellise», ça quitte toujours inopinément…

Il essaie de télécharger un jeu de sudoku et se retrouve avec un simulateur de vol Gripen! Il essaie de visionner une chanson rétro sur YouTube et se retrouve avec un capharnaüm de chansons qu'il n'a pas demandées! Sa fille lui dit de fermer la fenêtre et de redémarrer, il répond qu'il n'est pas au volant de sa voiture...

Après plusieurs clics et reclics, il trouve quand même le site des News sur le web: Conchita Cervelas se révèle, la guerre des plants de vigne fait rage, le prince Albert enfin papa, Platini visite les favelas de Rio, Poutine ouvre le gaz, Poutine ferme le gaz, un flashback sur l'Expo 64, une réunion d'extrémistes anonymes…

L'actualité défile à très haut débit, la Revue va encore faire le buzz!

En scène:

Comédiens:
Nancy Juvet, Anne Raemy, Barnabé, Philipe Carle-Empereur, Pascal Parizot, Bastian Verdina.

Danseurs:
Zorka Aschin, Anett Chollet, Aniko Fabian, Laura Grande, Kateryna Nekrasova, Julia Szabados, Maia Wong.

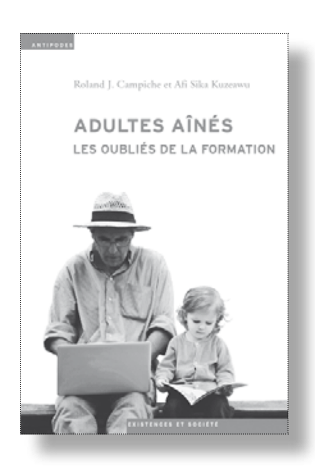


Lu pour vous

Roland J. Campiche et Afi Sika Kuzeawu
Adultes aînés les oubliés de la formation
Éditions Antipodes.

Les oubliés de la formation continue

Notre pays se dote enfin d'une loi cadre sur la formation continue mais ne paraît concevoir la formation qu'en vue de favoriser l'emploi et le développement professionnel. Sans établir de lien avec les grands discours sur l'heureuse augmentation de l'espérance de vie et le souci du maintien de la santé tout au long de l'existence.



Sans prendre en compte les milliers de retraités qui sont les indispensables piliers de la société, tant dans le domaine des proches aidants ou de la garde des petits enfants que dans celui de la participation bénévole à des projets d'intégration, de culture, de sport ou de partage.

Le plaidoyer de Roland Campiche dans son livre *Adultes aînés, les oubliés de la formation continue* vient donc à son heure. Celui qui a permis de créer *Connaissance 3,* celui qui sait combien la formation donne du sens à la vie et qui défend le développement d'une pédagogie renouvelée sait de quoi il parle. Simplement, au fil des pages, il développe des arguments et des preuves de ce qui est indispensable et possible. Les recherches sur les retraités montrent d'ailleurs que ceux qui participent à une activité d'apprentissage sont en meilleure santé et vivent mieux, ce qui va de pair avec une diminution des coûts des soins de santé, un argument qui ne devrait pas laisser insensible la Confédération.

Or, l'auteur remarque que ceux qui arrivent à l'âge de la retraite paraissent sortir soudainement de la catégorie des adultes pour être catalogués dans celle des «seniors» ou des «aînés», comme s'il s'agissait d'une nouvelle espèce protégée, sans potentiel. Comme si la formation continue ne les concernait plus.

Certes, il y a une grande disparité entre les personnes déjà bien formées à la base et qui ont eu la possibilité d'entreprendre de nouvelles formations et celles qui ont perdu, au fil des années, des compétences ou l'envie de les développer. L'âge de la retraite est une occasion fantastique de rétablir un meilleur équilibre et de lutter avec efficacité pour l'intégration de tous et de toutes dans la société actuelle.

Les associations de retraités savent combien donner l'occasion d'organiser ou de participer à des animations, à des activités sociales et culturelles, à des aides ponctuelles comme le remplissage des feuilles d'impôts pour leurs concitoyens, permet de développer des compétences et l'estime de soi.

Puisse l'utile ouvrage de Roland Campiche faire comprendre qu'il doit y avoir dans notre société un projet humain de vie allant de la naissance à la mort.

Christiane Jaquet-Berger

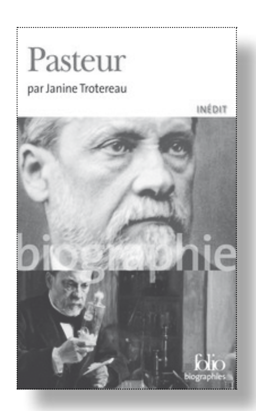


A LIRE ET À RELIRE

Janine Trotereau. *Pasteur,* Gallimard Folio, 2008, 380 pages.

Pasteur, le bonapartiste républicanisé

Louis Pasteur (1822-1895) est devenu une véritable icône républicaine, ce qui est un peu paradoxal pour ce bonapartiste à tout crins. Il est considéré aujourd'hui encore comme une sorte de saint laïque. Lui-même a organisé cette légende dorée autour de sa personne. Il repose dans une crypte grandiloquente de style néo-byzantin, située sous l'Institut qui porte son nom.



Biographie sans complaisance

Janine Trotereau nous livre sur ce grand homme une biographie certes admirative mais néanmoins sans complaisance. Elle ne cache pas les défauts et les petitesses du personnage: son autoritarisme, son chauvinisme anti-allemand (d'où sa relation conflictuelle avec un autre illustre savant, Robert Koch), son goût effréné des honneurs, son obséquiosité allant jusqu'à la flagornerie envers Napoléon III. Il est vrai que cet empereur trop décrié, très soucieux du progrès économique, industriel et agricole, de la France, a grandement favorisé les recherches de Pasteur.

Mais l'essentiel ne réside bien sûr pas dans les faiblesses de l'homme! Il est dans les multiples objets d'intervention de ce véritable génie scientifique qui fut un touche-à-tout, dans le meilleur sens du terme. Résidant une partie de l'année à Arbois, dans le Jura, il s'est beaucoup intéressé aux processus de fermentation du vin. Il a découvert la fameuse «pasteurisation» (qui plus tard sera surtout appliquée au lait). Il s'est penché sur les maladies infectieuses qui affectaient le ver à soie, à l'époque du Second Empire, l'une des industries françaises les plus importantes. Loin d'être un chercheur théorique enfermé dans son laboratoire, il s'est intéressé aux maux qui affectaient l'économie de son temps. Il a lutté contre les affabulations pseudo-scientifiques sur la «génération spontanée». Par sa mise en évidence des germes, il a été l'un des découvreurs des microbes, ce qui allait révolutionner la médecine et la chirurgie. Mais le titre de gloire de Louis Pasteur reste bien sûr l'invention de la vaccination. Le 6 juillet 1885, il inocule le jeune Joseph Meister contre la rage, une affection qui provoquait à l'époque une véritable psychose. Il est alors à l'apogée de sa célébrité.

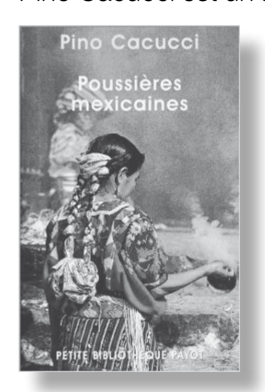
Expérimenter plutôt que lire

Le legs scientifique de ce grand savant est donc primordial. Il a mis en avant l'expérimentation plutôt que l'étude livresque. On lui doit aussi le fait que le financement public de la recherche soit aujourd'hui une évidence. Enfin il a été à la tête d'une équipe de chercheurs (dont notre compatriote Alexandre Yersin qui a découvert le bacille de la peste). On les retrouvera à travers le monde entier à la direction des fameux *Instituts Pasteur,* dont le premier fut ouvert à Paris en 1888. Le livre de Janine Trotereau nous raconte tout cela, d'une manière claire, vivante, et surtout accessible aux non-scientifiques.

Pierre Jeanneret

Pino Cacucci. *Poussières mexicaines.* Petite Bibliothèque Payot, Paris, 2001.

Pino Cacucci est un amoureux, un passionné, un connaisseur exceptionnel du Mexique. Dans *Poussières mexicaines* il vous entraînera tout au long de ses merveilleux récits à la découverte d'un pays extraordinaire dont Carlos Fuentes a dit qu'on ne pouvait pas le raconter. De sa capitale



Mexico rebaptisée Kafkatitlan, ville surréaliste tant aimée des chilangos où l'on reprend vie dans les *cantinas,* vous partirez à la découverte des mythiques combats de coqs. Vous traverserez les Sierras à la découverte du *peyotl* et de ses pouvoirs; le Sinaola et le Sonora qu'habitent encore les fiers Yaquis, les Tarahumaras philosophes, ou d'autres peuples dont nous connaissons mal les coutumes et la diversité. Vous saurez que la Baja California est le rendez-vous amoureux des baleines, et que sans une petite chauve-souris amatrice de nectar il n'y aurait pas de tequila. Parfois vous replongerez dans l'histoire: Cuauhtémoc le courageux contre Cortès l'envahisseur, et dans le Yucatan vous suivrez la route des Mayas. Vous finirez à Veracruz où vous assisterez aux joyeuses coutumes de la Fête des Morts. En refermant ce livre il se peut que vous décidiez de partir au Mexique…

Jean-Pierre Guignard

Grégoire Montangéro. *Il était une voie*

Editions Publi Libris, Bex, 2014, 228 pages.

Le train et la culture

Prendre un petit train centenaire dont la particularité absolument unique en Suisse, et peut-être au monde, est d'afficher un intérêt culturel plutôt rare dans le domaine des rails et des wagons. On le surnomme *le train de l'art.* En effet ses wagons ont contenu et contiennent encore souvent sculptures, tableaux, aquarelles. Bref des expositions sur roues. En vrac, on va retrouver des noms comme Mozart, Derib, Agapé, Philippe Nicolier, Olivier Geerincke, Marc Striffeler. Certains ont une notoriété planétaire, d'autres seulement ferroviaire. Mais les cœurs battent à l'unisson du bruit des roues de l'ASD.

Tradition et modernité

Le wagon extraordinaire baptisé *Chez Rose,* du nom de la donatrice qui a permis son achat et son aménagement en salon hyper confortable et un brin excentrique a roulé pendant plus de vingt ans. *Chez Rose* est toujours sur les rails, dans une nouvelle livrée due au dessinateur bien connu Derib (Yakari). La nouvelle décoration intérieure représente les quatre saisons pour une des deux voitures et des... cabanes en bois pour l'autre. Les deux véhicules sont aménagés de manière toujours un peu excentrique et présentent une espèce de labyrinthe. Que du bonheur pour voyager vers les Diablerets et faire une excursion hors du commun.

Parmi les plus beaux paysages vaudois

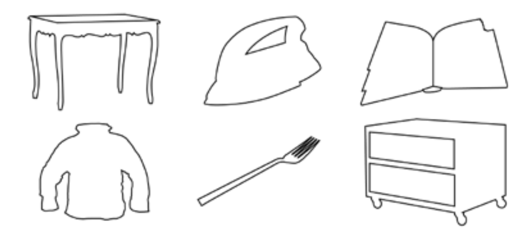
L'Aigle-Sépey-Diablerets (ASD), ou encore *TransOrmonan* traverse des paysages alpins sublimes, des vallées pleines de charme et des ponts à la fois élégants et vertigineux. Ce n'est pas qu'un simple moyen de transport. C'est une âme sur rails! Il y a tellement d'émotion dans ce magnifique livre et dans la manière de faire vivre cette ligne de chemin de fer quasi magique. Je vous engage à lire et à partir dans un beau rêve en forme d'automotrice.

L'ouvrage peut être obtenu auprès des Transports Publics du Chablais SA, tél. 024 468 03 30, ou en librairie.

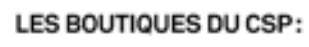
Grégoire Hostettler



LES AFFAIRES DES UNS FONT LE BONHEUR DES AUTRES



POUR VOS ACHATS ET VOS DONS D'OBJETS



LES GALETAS DU CSP:

BLÉCHERETTE
021 646 52 62

BROYE
026 660 60 10

RIVIERA
021 963 33 55

LES BOUTIQUES DU CSP:

LAUSANNE (LIVRES)
021 312 96 16

MORGES
021 801 51 41

Tous les horaires sur
www.galetas.ch



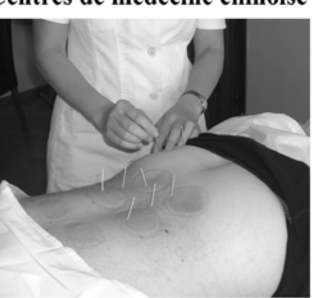


SinoSanté

www.sinosante.ch

Centres de médecine chinoise

Acupuncture
Moxibustion
Massage
Tuina Anmo
Phytothérapie
Diététique



Soins pris en charge par les assurances complémentaires

Migraines, allergies, rhume des foins, dépressions troubles digestifs et respiratoires (toux, asthme, sinusite...), fatique, perte de mémoire, sciatique, hernies discales et douleurs cervicales, lombaires, articulaires ou musculaires, vertiges ou amnésie, obésité, insomnie, ménopause, problèmes cutanés, cataracte, de désaccoutumance (tabac, alcool...)

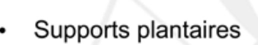
Morges: Rue de la Gare 26 ☎ **021 802 0888**
Vevey: Rue du Simplon 23 ☎ **021 922 8888**
Yverdon: Rue des Remparts 20 ☎ **024 426 8888**
Lausanne: Rue du Petit-Chêne 38 ☎ **021 312 6118**

Bon pour un bilan de santé chinois

ORTHOKERN

Toujours en mouvement

Votre spécialiste en orthopédie technique, chaises roulantes et réadaptation, podologie et ortho-chaussures au coeur de Lausanne



- Supports plantaires
- Chaussures confort
- Chaussures orthopédiques
- Bandages
- Bas à varices
- Chaises roulantes
- Corsets
- Orthèses
- Autres moyens auxiliaires







Av. de Beaulieu 9 - 1004 Lausanne - 021 641 61 61
Lundi-Vendredi 07h30-18h00 non-stop

Fournisseur agréé ASTO et OSM, reconnu par les assurances (AI/AVS, SUVA, LAMal etc.)

Section de Bex-Aigle et environs

Course au Lac St-Point le 12 juin 2014
Pour notre première sortie de l'année, 65 membres ont pris le départ de Bex avec joie et par un temps agréable. Destination le Lac St-Point avec un arrêt à Bavois où café et croissants nous attendaient. Nous avons poursuivi notre route en direction de Malbuisson situé au bord du lac, tout en passant par de magnifiques villages.

Nous sommes arrivés au ***restaurant La Ferme*** où un excellent repas nous a été servi, il fut suivi d'un succulent dessert fait maison.



Nous avons particulièrement apprécié le service du personnel très avenant.
A 14h30 nous sommes partis pour l'Auberson en passant par La Cluse, Mijoux et les Fourgs, pour visiter le musée Baud qui se consacre aux automates d'art.
La découverte des chefs-d'œuvre de la musique mécanique nous a replongés dans le vieux temps des bals de chez nous. Le retour dans le Chablais s'est effectué par Ste-Croix, Yverdon-les-Bains, Aigle et Bex.
Nous avons passé une très belle journée et remercions chaleureusement les organisateurs qui se sont donné beaucoup de peine. Merci également aux sympathiques chauffeurs.

M. P. Zeiter

Adresse de la section:
AVIVO de Bex-Aigle et environs
Ogi Anne-Marie, secrétaire
Rte d'Aigle 8
1880 Bex
Tél.: 024 463 29 04
Courriel: amogi@bluewin.ch.

Section d'Yverdon-les-Bains

Reprise des activités
Le mardi 9 septembre les membres et amis de la section d'Yverdon-les-Bains et environs se sont réunis pour fêter la reprise des activités après des vacances bien méritées mais surtout fraîches et pluvieuses.



Le Corsaire d'Yverdon-les-Bains

Nous nous sommes donc rendus au *Corsaire* nom donné au hangar à bateaux du village des Iris au bord du lac de Neuchâtel. Malgré le nombre restreint de membres ayant pu se déplacer pour apprécier cette belle journée ensoleillée, l'ambiance fut super extra, avec notre ami Gaston à l'accordéon. Nos bénévoles, à qui j'adresse mes plus cordiaux remerciements, surent apporter leur touche avec des salades et des desserts pour accompagner les grillades, sans oublier un bon verre à boire et les cafés.
Dès 16h30, après avoir chanté et dansé, nous nous sommes quittés en nous disant qu'une fois de plus les absents avaient eu tort!

Gilbert Gatolliat

Adresse de la section:
AVIVO d'Yverdon-les-Bains
Gilbert Gattolliat, Président
Rue de la Villette 32
1400 Yverdon-les-Bains
Tél.: 079 360 77 97
et 024 425 50 49
Courriel: gilbert.gattolliat@bluewin.ch

Section de Lausanne

Visite à Annecy
C'est par une matinée au temps mitigé, que 72 membres se sont donné rendez-vous à la place du Tunnel pour aller faire une petite excursion dans cette belle ville d'Annecy.
Le beau temps nous attendait, ainsi que le marché que chacune et chacun s'empressa de parcourir. Cette magnifique ville est traversée par la rivière Thiou. Notre premier regard a été attiré par une imposante maison au milieu de la rivière. C'est le Palais de l'Isle, d'époque médiévale, aujourd'hui transformé en musée.
Pour visiter la Cathédrale, un petit effort a été nécessaire mais qui en a bien valu la peine. Celles et ceux qui ont eu la possibilité d'effectuer la montée ne me contrediront pas.
Quelques membres ont saisi l'occasion de faire une petite croisière sur le Lac d'Annecy.
L'heure de la rentrée est arrivée bien vite! Un grand merci à tous nos membres à la ponctualité exemplaire. C'est avec presque un quart d'heure d'avance que nous avons repris le chemin du retour. Les souvenirs dans la tête et dans les cabas, nous nous sommes laissés transporter pour ce retour, où notre chauffeur, Rémy, a dû affronter pendant un moment une pluie diluvienne.
Merci à toutes et tous pour cette magnifique participation.

Ami Chappuis



Le Palais de l'Isle d'Annecy

Section d'Orbe et environs

Convivialité et bonne soupe
Beau succès pour la traditionnelle soupe aux pois automnale de la section AVIVO d'Orbe et environs.



A l'écoute de Pic alias Monique Quiquaz

Pas moins de 130 participants et participantes se sont retrouvés au Casino d'Orbe.
Ce fut un millésime très réussi, malgré l'absence du président et du secrétaire qui s'étaient évadés à l'étranger. Ce fut l'occasion de démontrer que le comité est apte à gérer les imprévus tout seul et sans aucun problème.
Notre druidesse Lucette étant également absente, c'est Gilbert Locher qui a mis le tablier pour préparer avec l'aide de l'équipe bénévole la recette de Lucette, non pas la potion magique, mais bien une soupe aux pois de derrière les fagots. Après la soupe, le non moins traditionnel jambon et sa salade

de pommes de terre ont été suivis d'un dessert plein de fraîcheur.
Monique Quiquaz, dite Pic, notre trésorière, a ensuite pris la direction de la partie officielle afin de remercier tous les bénévoles qui ont œuvré pour la réussite de cette sympathique journée, de saluer les membres présents et les invités du jour. Pierre Mercier, représentant la Municipalité urbigène, David Payot du secrétariat AVIVO Vaud, Jean-Marc Poulin pour le groupe Nestlé ainsi que des représentants des sections AVIVO de Ste-Croix, Renens et Lausanne.
Nous avons terminé cette magnifique journée avec huit tours de loto récompensés par des bons des commerces locaux.

Brisolée 2014, des châtaignes les pieds dans la neige

Le mercredi 22 octobre deux autocars ont sillonné la région urbigène afin de prendre en charge la huitantaine de participants accros de châtaignes. C'est sous un ciel chargé et sombre que nous avons gagné les rives du Léman et avons traversé des vignobles déjà teintés de jaune. Le traditionnel arrêt café-croissant a eu lieu au pied de la fameuse cascade du Pissevache qui ce jour-là, méritait bien son nom!
Après avoir passé de nombreux lacets et gouffres impressionnants, nous sommes arrivés à Grimentz revêtue de neige immaculée. L'hiver s'était invité sans crier gare, mais heureusement les chemins étaient encore praticables. Quelques rayons de soleil ont même illuminé les bacs fleuris encapuchonnés de blanc de même qu'un magnifique panorama.



L'arrivée à Grimentz

Le restaurant vêtu de bois était accueillant, rustique tout en étant confortable. La typique brisolée, agrémentée d'un pichet de vin de l'endroit a satisfait même les plus affamés. Ce jour-là, l'hiver a vraiment montré son nez, même sur le retour, lors de l'arrêt anti-soif à la colline aux Oiseaux sur le haut de Chamoson, de gros flocons mouillés tombaient sans discontinuer.

Alain Michaud

Adresse de la section:
AVIVO d'Orbe et environs
M. Alain Michaud
Route du Suchet 9
1354 Montcherand
Tél. et fax: 024 441 38 37.

ACHAT OR ET ARGENT
PAYEMENT CASH, AU COURS DU JOUR
Or 24 carats jusqu'à Frs 38.-/g
Bijoux or, déchets or, or dentaire, argenterie, monnaies, diamants, montres
Sécurité, discrétion, conseils, expertises
PROBIJOUX / Enseigne fondée en 1932
Rue de l'Ale 38, 1er étage, 1003 Lausanne,
Tél. 021 311 60 60, www.probijoux.ch

Section de Morges

Course d'été – Champex-le-Lac

Malgré le temps maussade des semaines précédentes, les quarante participants à cette excursion sont partis pour le Valais et son beau temps en ce 6 août 2014. Et effectivement le soleil nous a accompagnés tout au long de cette journée. Pour commencer nous nous sommes arrêtés au sympathique Restaurant du Lac de Bret où le patron et ami nous a fait une fleur pour le prix du café et croissant.

Après être remontés dans notre car, nous sommes repartis en direction de Champex-le-Lac. Au long de la montée depuis Orsières, Henri Testuz nous a raconté qu'il y avait des cultures de fraises et de framboises tout au long des coteaux. Ces cultures n'existent malheureusement plus aujourd'hui.

Un repas couci-couça

Une fois arrivés à Champex, nous nous sommes vus offrir un apéritif copieux, qui a été suivi d'un repas au Restaurant Le Club Alpin. Il était composé d'une salade mêlée, suivi de jambon au Porto accompagné de gratin dauphinois et d'épinards à la crème. Le dessert était une tranche glacée. Malheureusement, la qualité du jambon laissait un peu à désirer…

Anecdote de parcage

Lorsque notre car a voulu quitter le parking du restaurant pour aller en direction du *Jardin Alpin,* impossible de passer: une voiture bloquait le passage! Après avoir téléphoné à plusieurs restaurants et même à la police, le car a tout de même pu repartir. Ce délai imprévu à permis aux participants d'apprécier une promenade au bord du lac. Finalement, nous sommes rentrés à Morges, heureux de cette 6e course de l'année et finalement fort bien réussie.

Première course d'automne – Les jardins secrets de Vaulx

Cette course a obtenu un grand succès, malgré ou peut-être à cause du fait d'un genre différent des habitudes.

Ce 3 septembre 2014, le parcours jusqu'à Annecy n'a pas paru bien long et nous avons eu le plaisir de nous voir offrir un apéritif à l'arrivée, aux portes des jardins. Nous nous sommes ensuite séparés en deux groupes, sous la houlette d'une très sympathique guide. Nous avons ainsi pu découvrir ces jardins extraordinaires, chacun différent du précédent, absolument remplis de fleurs.

Repas maghrébin

Puis, nous avons pris le repas dans l'un des salons. Ce fut encore une belle surprise, avec des plats traditionnels maghrébins et absolument délicieux.

Nous sommes rentrés à Morges heureux et surpris de la richesse de cette culture.

Deuxième sortie d'automne – le Val-de-Travers

En ce 1er octobre 2014, après un café pris en cours de route, nous sommes arrivés à Môtiers, chef-lieu du Val-de-Travers. Comme cette sortie a connu un beau succès - nous étions 45 – il a fallu se séparer en deux groupes pour deux visites distinctes.

Le «vin mousseux» Mauler et l'Absinthe

Un groupe est allé visiter dans le Prieuré St-Pierre, les établissements Mauler, producteurs de ce vin mousseux célèbre dans nos régions et dont les raisins proviennent des coteaux neuchâtelois. L'autre est allé découvrir *La maison de l'Absinthe.* Bien entendu nous avons tous pu déguster ces magnifiques produits régionaux, ce qui a beaucoup plu.

Repas et thé

Le délicieux repas nous a été servi au Restaurant des Six-Communes, tenu par le couple Rohrer. Une surprise nous attendait sur le chemin du retour vers Morges: nous nous sommes arrêtés au magnifique Hôtel des Rasses, entièrement réhabilité, pour y prendre le thé accompagné d'un délicieux cake marbré.

En conclusion, tous les participants étaient enchantés de leur journée, ceci d'autant plus que son rapport prestations / prix était exceptionnel.

Henri Testuz

Adresse de la section:
AVIVO de Morges
Case postale 106
1110 Morges 1.

Section de Renens

Visite du centre de courrier à Eclépens

Le 25 septembre nous sommes partis en 2 groupes, un par le train et l'autre par la route à la découverte des dernières technologies du Centre de tri du courrier à Eclépens. Nous avons été accueillis par deux hôtesses qui nous ont fait commencer la visite par une présentation et un film.

Un des plus moderne du monde

Parmi les plus modernes du monde, le traitement du courrier de la poste Suisse allie une technologie innovante et une logistique performante avec la compétence de quelques 18'000 collaborateurs. Ils traitent quelque 15 millions de lettres, journaux, magazines, cartes postales et envois publicitaires par jour, et ceci 24h sur 24h.

Nous avons pu vivre des moments inoubliables entre la réception du courrier, la préparation des envois, le fonctionnement de l'unité de stockage, du système de tri, du vidéo codage. Le fonctionnement est impressionnant: si l'installation ne peut lire un numéro postal, la lettre est mise en attente pendant 8 secondes. Pendant ce bref laps de temps, l'adresse est scannée et transmise à Coire ou à Sion sur un écran, où elle est contrôlée par un collaborateur qui saisit le numéro postal d'acheminement correct. La lettre peut alors être réintégrée dans le processus de tri automatique.

La dernière ligne droite est le conditionnement et la sortie du courrier pour partir à la distribution par camions ou wagons porte-conteneurs.

Nous avons terminé cette visite de près de 2 heures, dont une bonne heure de marche, par une collation. Maintenant, nous comprenons mieux comment est acheminé notre courrier. Nous avons tous été enchantés de cette visite intéressante et instructive.

Course de la mi-été

Quel plaisir de se retrouver ce 3 septembre 2014 pour la mi-été au refuge de Renens sous le soleil. Des petites mains se sont agitées le matin pour préparer les tables, placer les chaises, mettre en place l'apéro. Nos amis Etienne, Renée et Véronique nous avaient préparé des amuses-bouches afin de nous mettre en appétit. A la cuisine pas touche, c'est Madame AVIVO elle-même, soit Susy qui nous a cuit les rôtis de porc et c'était super bon! Le comité cette année a mis la main à la pâte pour le repas. Salade, rôti avec un excellent gratin de pommes de terre et un succulent dessert. Cela n'est pas simple d'organiser une telle manifestation pour plus de 90 personnes. Magnifique challenge. On peut se féliciter, bravo à toute l'équipe du comité. Nous avons ensuite écouté le discours de bienvenue de Jean-Marc Chapuis, Municipal de Renens, puis de notre Président Michele Scala.

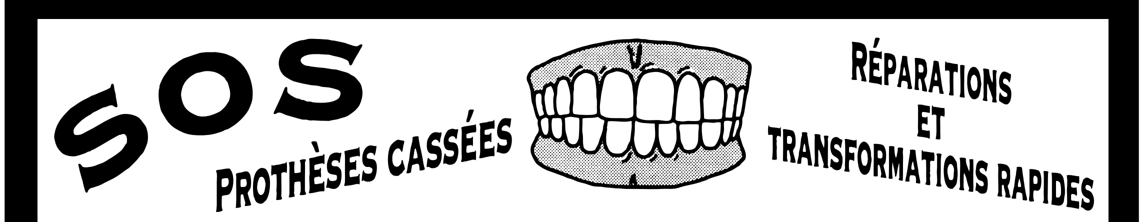


Une course dans la bonne humeur

Nous avons continué notre journée par la tombola toujours bien appréciée par nos membres. Pietro nous a fait danser tout au long de l'après-midi avec des tangos, des valses, du twist et du rock. Toute notre jeunesse et un peu de nostalgie. Un tout grand merci à toutes les personnes qui se sont investies et qui ont donné du cœur à la réussite de cette belle journée.

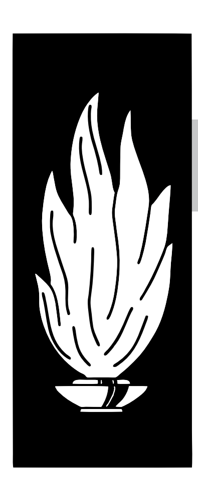
Marie-France Marteau

Adresse de la section:
AVIVO de Renens
M. Michele Scala
Place de la Gare 22
1020 Renens
Tél. et fax: 021 843 12 54.



MARIO DELLI-PIZZI – LABORATOIRE DENTAIRE

RUE DE L'ALE 15 1003 LAUSANNE TÉL 021 323 67 15



SOCIÉTÉ VAUDOISE DE CRÉMATION

Notre association a été fondée en 1890. Son but (non lucratif): rendre moins coûteux un mode de sépulture toujours plus répandu.

Y adhérer à tout âge, c'est faciliter la tâche de ses proches lors du décès.

Tous renseignements peuvent être obtenus sans engagement auprès des membres-délégués de chaque district, ou à la gérance:

1003 Lausanne, Caroline 1, téléphone 021 312 24 33, le matin



☎ 022 994 24 44

Centre régional

URGENCES • TRANSFERTS
Transport assis et fauteuil-roulant
Toutes destinations 24h/24

93, route des Tattes d'Oie • 1260 Nyon • Tél. 022 994 24 44 • Fax 022 994 24 40
www.ambulancesnyon.com • asnyon@ambulancesnyon.com

Section de Vevey

Le canton aux 13 étoiles
Le Valais est décidément le canton préféré de la section! Les asperges, la brisolée, et entre deux, une montée à l'alpage! Ce 18 septembre 2014, nous roulions en direction de Sion où nous nous sommes arrêtés pour la traditionnelle pause café-croissants au restaurant de l'aéroport, sur la terrasse. Aucun bruit n'est venu troubler notre pause, sinon un hélicoptère lointain et un petit avion de tourisme.



Le silence de la montagne...

Val d'Hérens, pyramides et apéro
Nos chauffeurs nous ont ensuite conduits dans le val d'Hérens, en passant bien entendu par les pyramides d'Euseigne. Le saviez-vous, ces formations rocheuses de 10 à 15 mètres de haut et coiffées d'un rocher, le chapeau, se sont formées il y a environ 35'000 ans lors de la fonte du glacier d'Hérens.



Les pyramides d'Euseigne

Nous avons ensuite continué la route en direction par plusieurs petits villages pour arriver à Evolène, puis aux Haudères. A partir de là, on roule nettement moins vite, jusqu'au petit village de La Sage qui nous attend. Certains sont allés se promener jusqu'à Villa, d'autres sont restés au village pour admirer les fleurs encore superbes, d'autres encore sont allés boire l'apéro au Café des Collines. Il a été fondé par Marie des Collines, une vraie Valaisanne du coin qui a su respecter les traditions et les transmettre.
Les sommets, Dent Blanche, Mont Collon, Aiguilles Rouges sont encapuchonnés, on ne voit que le bas du glacier de Ferpècle, mais la température est douce. Un petit creux se faisant sentir, nous sommes remontés dans le car pour retourner à Evolène, à la *Taverne Evolénarde* où le repas nous attend. Un délice et un service impeccable. Je ne vous en dis pas plus, sinon allez-y! L'ambiance est chaleureuse dans ce joli restaurant typique, ce qui ne nous a pas empêchés d'aller faire une balade dans le village. Que de belles fleurs, de magasins sympathiques, de chalets typiques avec leurs pieds couronnés d'une pierre. Saviez-vous que c'est pour empêcher les souris de monter dans le chalet?



De belles façades fleuries

Le temps a passé et nous avons dû songer au retour. Sans histoires, nous avons retrouvé la vallée et notre lac. Il faisait si beau là-haut...

Huguette

Adresse de la section:
AVIVO de Vevey et environs
Case postale 45
1800 Vevey 1
Tél.: 021 923 56 87
Courriel: huguette@sunrise.ch.



Pour tout achat à partir de CHF 50.–, votre StarCard sera créditée de **500 étoiles supplémentaires d'une valeur de CHF 5.–.**

Valable du 1er au 30 novembre 2014.

Sauf médicaments sur ordonnance.
Non cumulable avec d'autres promotions étoiles, bons ou remises.







HelvéCie, site Broyard
9 Ch. de la Plaine - CH 1580 Avenches
T. +41 (0)26 676 99 00 / F. +41 (0)26 676 03 43

Section Ste-Croix et environs

Assemblée générale 2014 et soupe aux pois

Le samedi 27 septembre la section recevait ses membres et amis à la salle de l'Aula du Collège de la Gare pour son assemblée générale annuelle, précédée d'une somptueuse soupe aux pois! Il faut dire que Messieurs Vanetta et les frères Ferrari étaient à pied d'œuvre dès 4 heures, d'un matin un peu frisquet, mais vite réchauffé par le feu pétillant sous le chaudron! Légumes, jambon, saucissons accompagnaient les pois, sans oublier le gras et les petits secrets des cuisiniers du jour, jalousement gardés. Ne croyez pas qu'il suffisait de laisser cuire et basta, non, il fallait touiller le tout, ajouter le bois dans le foyer afin que la soupe soit onctueuse à souhait pour midi. Ce fut le cas et les salades qui suivirent accompagnèrent à merveille la viande au goût de reviens-y!
Avant de passer à l'assemblée, notre fidèle ami Gaston nous emmena quelques années en arrière en laissant courir ses doigts sur son accordéon qui égrena des tubes d'autrefois. Malgré ses 80 ans il chante encore, et comment!

Ouverture de l'assemblée

Le calme revenu, M. Luigi Vanetta, président, salua la quarantaine de personnes présentes ainsi que M. Roland Rapaz, Président du comité cantonal AVIVO et de Mme Renée Chesaux, caissière, représentant la section de Renens.

Partie officielle

L'ordre du jour a été accepté à l'unanimité des membres. Luigi nous fit ensuite un résumé des activités de la section, courses et thés dansants qui ont du succès et continueront donc à être au programme. Gilbert Barrière sera secondé par Monsieur Dürenmatt pour la préparation de la course annuelle. Ensuite ce fut au tour de Philippe Barrière, caissier, de nous donner lecture des comptes qui accusent une très légère perte de Fr. 24.60! Les contrôleuses des comptes ont présenté leur rapport et l'assemblée a accepté à l'unanimité d'en donner décharge au caissier et au comité.

Election du comité

Le comité actuel se représente et est reconduit par acclamations. Il se compose de Luigi Vanetta président, R.-Maude Rutishauser secrétaire, Philippe Barrière caissier, Gilbert Barrière responsable de l'équipe animations. Cette équipe est composée de Graziella Scaravella, Gina Jeanmonod et Lisette Barrière. Admissions et démissions sont équilibrées. Une minute de silence fut observée pour les 5 membres décédés l'an dernier.

Finances

Les finances sont saines ce qui permet de garder la cotisation toujours inchangée à Fr. 30.- pour une personne seule Fr. 55.- par couple, journal compris. Devant l'absence de propositions individuelles, la parole est donnée à Monsieur Rapaz qui a rappelé que l'AVIVO cantonale se soucie du bien-être de tous les retraités. Une prochaine information et discussion sur le thème de la curatelle et des placements à des fins d'assistance aura lieu à la Salle des spectacles à Renens, le 6 novembre 2014, à 9h15. Le petit journal de l'AVIVO dit *le Courrier,* que les membres reçoivent six fois par an, nous relate les informations utiles, ainsi que la vie des sections.

La parole n'ayant plus été demandée, Luigi a remercié le comité et les personnes présentes. Il a clôturé la séance pour permettre à chacun de profiter du magnifique soleil qui nous a souvent faussé compagnie cet été !

Accueil des nouveaux retraités de Ste-Croix

Le 1er octobre, les autorités communales de Ste-Croix ont reçu les nouveaux retraités, au Foyer de la Salle communale. En l'absence de notre président, excusé, Madame Gina Jeanmonod et moi-même représentions la section AVIVO de Ste-Croix et environs. Le syndic Frank Thévenaz a salué les nombreuses personnes présentes. Puis ce fut au tour de Monsieur Monod, directeur du CSSC (Centre de Soins et de Santé Communautaire) de nous informer sur les discussions partagées avec la population et sur un forum qui a eu lieu en mars 2015 et intitulé: *Et vous, comment allez-vous?*

Il est très positif de constater que notre commune est en pleine réflexion sur les soucis de la santé des aînés et sur la qualité de vie de la région dans laquelle nous vivons. C'est d'ailleurs le programme de législature 2011-2016 de notre Municipalité. C'est aussi le souci de l'AVIVO qui est attentive aux progrès apportés afin de soulager une population de plus en plus âgée. Ainsi il est agréable de savoir que nos autorités tirent sur la même corde que nous.

Après avoir présenté les projets aboutis et ceux en voie de réalisation, le film sur notre cité nous fit découvrir les différentes facettes de la vie à Ste-Croix. Monsieur Cédric Monod, municipal, a présenté les différents responsables des nombreuses associations, qui, comme la nôtre cherchent des adhérents et des bénévoles, jeunes retraités, pour soulager les plus anciens. Attendons de voir si nos souhaits seront réalisés!

Maude Rutishauser

Adresse de la section:

AVIVO de Sainte-Croix

Renée-Maude Rutishauser

Vers-chez-Jaquard 30

1450 Ste-Croix

Tél. et Fax: 024 454 43 06

Mobile: 079 523 92 23

Courriel: mauderutis@bluewin.ch.





« Les Tilleuls »
3 rue du Village
CH-1295 Mies (VD)
022 755 15 10

www.lesmaisonsdusoleil.ch

Résidence pour seniors

Dans une maison de maître du 19ème siècle avec parc arborisé et piscine nous proposons :

- Chambres spacieuses avec salle de bain individuelle
- Encadrement personnalisé et compétent
- Prise en charge complète et repas adaptés
- Petite structure (maximum 9 résidents)
- Séjour de courte ou longue durée

HYSECO
HYGIÈNE + SÉCURITÉ = CONFORT

POSE D'UNE PORTE MAGICBAD DANS VOTRE BAIGNOIRE EXISTANTE

GARANTIE - BREVETÉ - CERTIFIÉ - ÉTANCHE

3790 CHF

POUSSEZ LA PORTE, LE CONFORT
SE TROUVE À L'INTÉRIEUR...
APPEL GRATUIT 0800 725 725

HYSECO
CH-1023 CRISSIER
INFO@HYSECO.CH
WWW.HYSECO.CH

La Bourgogne sur les traces de Jules César!

Jeune collégien, j'avais beaucoup aimé lire *La Guerre des Gaules.* Surtout le Premier Livre où Jules César soulignait la vaillance des guerriers helvètes aguerris, disait-il, par les attaques répétées des tribus germaniques. La défaite des Helvètes à Bibracte me chagrinait bien sûr, mais je me consolais en pensant aux romains que Divico avait humiliés en les faisant passer sous le joug après la bataille d'Agen en 107 av. J.-C., un demi-siècle avant Bibracte. Ce passage sous le joug, représenté dans notre livre de latin sous forme d'une reproduction du célèbre tableau de Charles Gleyre, me fascinait. C'est probablement en raison de ces vieux souvenirs que lorsque la possibilité m'en a été donnée, je me suis lancé sur les routes de la Bourgogne, à la recherche des traces de Jules César!

En route vers Augustodunum

A vol d'oiseau, Augustodunum, maintenant connue sous le nom d'Autun, n'est situé qu'à 170 kilomètres de Lausanne. En voiture, c'est un peu plus long mais en passant par Vallorbe, Poligny et Beaune vous atteindrez Autun en quelques heures. La route traverse les collines et les forêts du Jura qu'on apprécie mieux les jours de soleil. A Poligny, occupée à l'époque gallo-romaine par la tribu des Séquanes, je me suis arrêté pour admirer deux superbes mosaïques appelées *Les Chambrettes du*



Reconstitution du siège d'Alesia

Roi et pour boire mon premier «petit serré». Et j'ai continué ma route en direction de Beaune que, la mort dans l'âme, j'ai traversé sans m'arrêter. Pour ne pas céder à la tentation de passer ma journée dans les splendides Hospices de Beaune, j'avais mis une grande croix sur la ville, et entouré d'un grand cercle la ville d'Autun et ses environs!

La ville d'Autun

Pour profiter de la ville, j'avais choisi un logement à proximité de la cathédrale. Joliment aménagée dans une ancienne demeure des chanoines du XVe siècle, la maison d'hôtes dite *Maison Sainte Barbe* est particulièrement accueillante. Je m'y suis donc installé et me suis d'emblée renseigné sur les activités culturelles de la ville. «Mais, m'a dit l'hôtesse, ne manquez pas ce soir le grand spectacle Jules César présenté à l'ancien théâtre romain». Jules César, je ne pouvais pas mieux tomber! Je me suis précipité vers la cathédrale Saint-Lazare et admiré ses sculptures, j'ai parcouru les remparts romains qui entourent la Tour des Ursulines, et je me suis rendu sous la pluie au théâtre romain à l'entrée de la ville!

Jules César au théâtre romain d'Augustodunum

Construit au IIe siècle, ce théâtre pouvait accueillir 20'000 personnes. Il était le plus grand de la partie occidentale de l'Empire romain. Intelligemment restauré, il permet encore l'organisation de grandes manifestations. En cette soirée du 9 août, près de 2'000 spectateurs avaient bravé la pluie pour venir voir Jules César. Et, miracle, la pluie cesse au moment où la nuit tombe et le spectacle commence. On est en 52 avant J.-C., la guerre fait rage à Alésia, assiégée par les légions romaines. Malgré le courage des Gaulois et la détermination de leur chef Vercingétorix, la cité tombe et César peut rentrer victorieux à Rome. Il porte sous son bras un livre devenu célèbre,





Le site de Bibracte

La Guerre des Gaules. Mais malgré ses succès, ou plutôt en raison de ses succès, il ne peut éviter un complot de quelques sénateurs. Et c'est à Rome, en pleine séance du Sénat, que César tombe sous les coups des conjurés, dont fait partie son fils adoptif Brutus. *Toi aussi mon fils* dira César au moment d'expirer. Après une lutte féroce entre les prétendants à la succession de César, Octave, son petit-neveu et fils adoptif, deviendra le premier empereur romain sous le nom d'Auguste, le 16 janvier de l'an 27 avant J.-C. C'est sous son règne que sera fondée la ville d'Agostodunum, vers 16-13 av. J.-C. Elle deviendra la nouvelle capitale des Eduens sous l'étroite surveillance de Rome dont elle sera le relais gaulois. C'est ici que se termine le spectacle Jules César, où comme à *La Fête des Vignerons* à Vevey, la grande majorité des mille figurants sont des volontaires de la Ville d'Autun et des environs, tout comme les chars romains et les chevaux. Mais au contraire de la *Fête des Vignerons,* Jules César est joué à de nombreuses reprises chaque année au cours des mois de juillet et d'août.

Le site de Bibracte

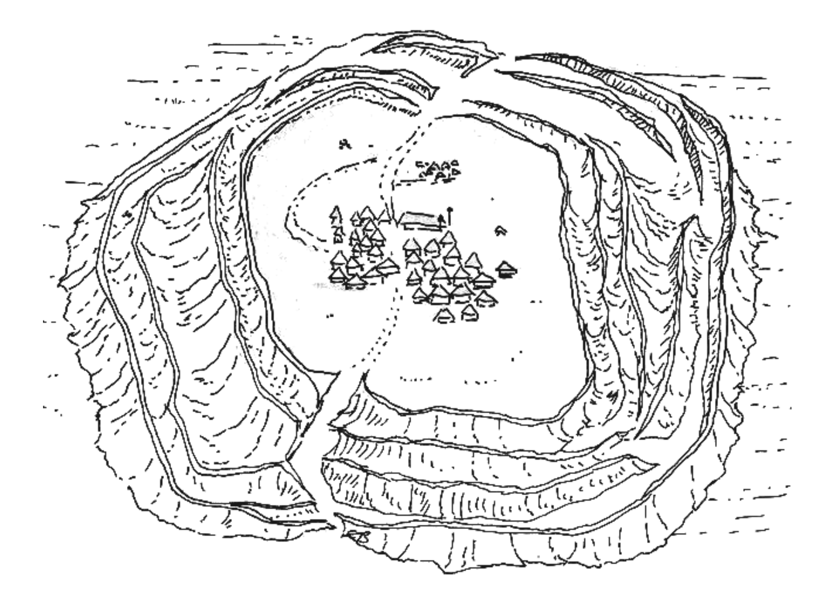
Située à 25 kilomètres d'Autun, Bibracte est un site archéologique majeur, au cœur du parc naturel du Morvan. On y trouve un centre de recherche archéologique et un musée de conception très moderne avec des outils multimédia innovants qui permettent de découvrir l'histoire de Bibracte. Du musée, on atteint l'ancien oppidum au sommet du Mont Beuvray à pied ou en minibus. La montée dans la forêt permet d'imaginer la vie du peuple des Eduens à l'époque gallo-romaine. Elle laisse aussi le temps de contempler le paysage que pouvait admirer Jules César, lorsqu'il se retira

à Bibracte pour rédiger ses *Commentaires sur la guerre des Gaules.* C'était en 52 avant J.-C., juste après sa victoire sur Vercingétorix à Alésia.

L'oppidum

La localisation de Bibracte a longtemps fait débat, jusqu'à ce que les fouilles de Bulliot échelonnées au long des années 1867-1895 et financées par Napoléon III, ne finissent par lever tous les doutes. Les ruines romaines découvertes sur le Mont Beuvray correspondent bien à l'oppidum de Bibracte. Fondé au IIe siècle avant J.-C., il fut habité par le peuple des Eduens jusqu'au moment de leur migration vers Agostodunum sous le règne d'Auguste. En visitant l'endroit, on réalise qu'il était organisé en quartiers, et qu'il était protégé par de puissants remparts. Une quinzaine de portes les jalonne, dont la porte du Rebout qui a été reconstituée. Les fondations de plusieurs demeures patriciennes ont été mises à jour, comportant un atrium, des thermes et un système d'égouts. Au centre de la rue principale se dresse un bassin monumental en granit rose imperméabilisé par une couche d'argile rouge.

L'utilisation de ce bassin reste mystérieuse. Des fouilles récentes ont mis en évidence la présence dans l'oppidum d'une basilique romaine exceptionnelle et unique en Gaule romaine. Les archéologues travaillant à Bibracte ont encore du travail.



Le site d'Alésia

Le site d'Alésia

On ne peut visiter Bibracte sans voir aussi le site d'Alesia à Alise-Sainte-Reine, à 87 kilomètres d'Autun, en Bourgogne-Côte d'or. Un splendide musée consacré au siège d'Alesia y a été inauguré en mars 2012. Consistant en un bâtiment cylindrique entièrement vitré, de 52 mètres de diamètre, il est l'œuvre du cabinet d'architectes suisse Bernard Tschumi (né à Lausanne). De nombreux objets antiques, des armes gauloises ou romaines, des machines de guerre, des diaporamas, des films et des maquettes du site de la bataille d'Alésia y sont présentés. Ce musée historique est sans nul doute l'un des plus fascinants que j'aie jamais visités. A l'extérieur, les fortifications romaines qui entouraient Alésia, avec tours de guet, fossés, remblais, remparts, catapultes, palissades et pièges hérissés de pointe ont été reconstitués grandeur nature. Avec un tel système, les pauvres gaulois avaient peu de chance de sortir vivants de leur oppidum assiégé.

Le lieu de la bataille d'Alésia

Le lieu exact de la bataille d'Alésia a longtemps divisé historiens et archéologues. Certains le situaient dans le Jura, d'autres en Franche-Comté. Les résultats des travaux les plus récents d'archéologie, et la construction du musée, devraient mettre fin à la polémique. L'oppidum d'Alésia devait bien se trouver à proximité du petit village d'Alise-Sainte-Reine. Tout sur le site y est fait pour vous en convaincre. La visite vous fait découvrir les accès fortifiés à l'oppidum, les rues partiellement pavées qui reliaient les différents quartiers d'habitations dont il reste des fondations, le sanctuaire de la Déesse Cybèle, un théâtre romain, et un forum.

La bataille

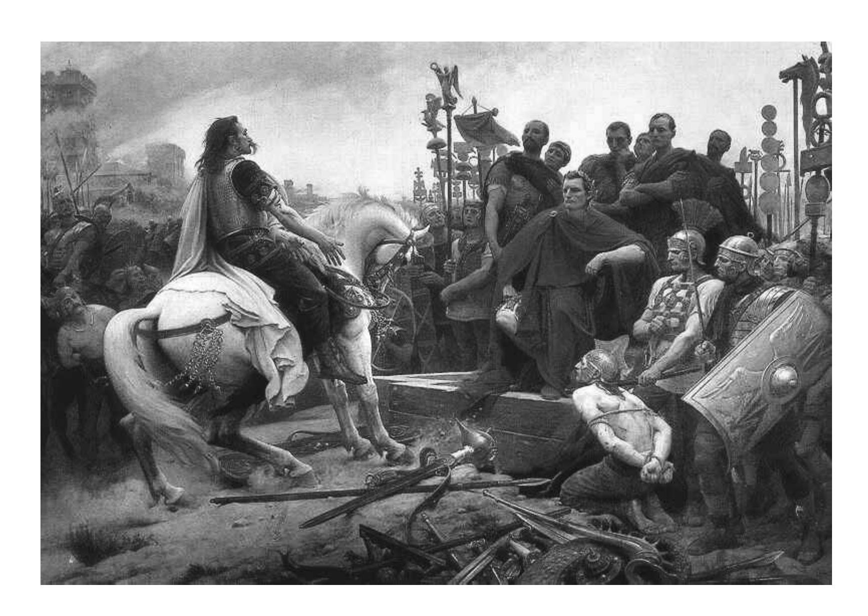
C’est en ce lieu que 80'000 gaulois réunis autour de leur jeune chef Vercingétorix soutinrent le long siège des 10 légions romaines de Jules César. Plutôt que prendre la place forte d’assaut, Jules César fit construire deux lignes de fortifications autour d’Alésia. La première ligne devait empêcher les gaulois de s’enfuir de la ville, l’autre bloquer l’arrivée des renforts. Les 60'000 soldats romains parvinrent à construire ces enceintes en cinq semaines.
La plus longue avait une quinzaine de kilomètres. Alors que les vivres et l’eau commençaient à faire défaut dans l’oppidum, l’armée de secours composée de 250'000 guerriers de tribus gauloises amies ne parvint pas à briser le siège qui dura une quarantaine de jours. Après une journée de combats elle fut vaincue et se dispersa, poursuivie par la cavalerie



La polémique dure toujours

romaine. Les habitants d’Alésia se rendirent et les soldats gaulois rescapés furent vendus

Le musée d'Alesia



Reddition d'Alésia par Lionel-Noël Royer 1899

Un monument de la région de Bibracte

comme esclaves. Vercingétorix et les autres chefs gaulois furent faits prisonniers.

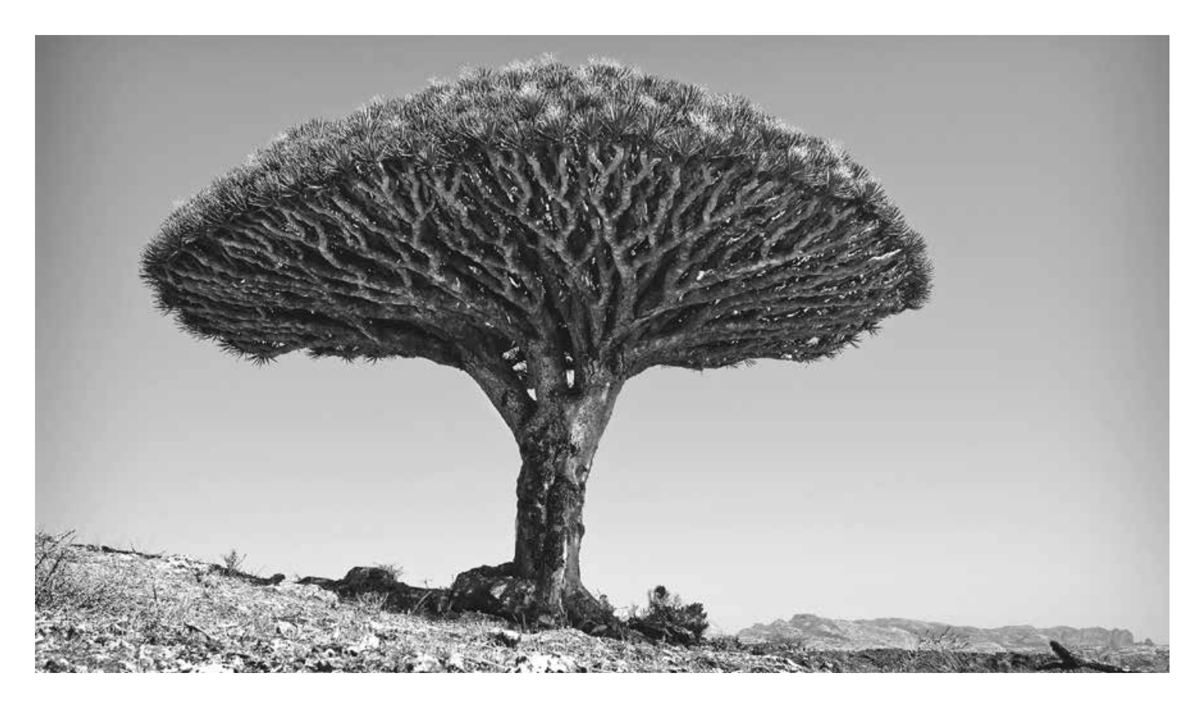
Mort de Vercingétorix
Après sa capture, le jeune chef gaulois sera emmené à Rome, pour y être exécuté lors de la fête du triomphe de Jules César le 26 septembre avant J.-C. Il avait 34 ans. Différents textes apocryphes relatent la mort de Vercingétorix. L'un d'entre eux veut qu'après avoir été emprisonné et humilié pendant plusieurs années dans les geôles de Tullianum, il ait été traîné, enchaîné, derrière le char de César avant d'être garrotté. De nombreux historiens pensent au contraire qu'il passa ses années romaines dans une villa et qu'il fut exécuté sous la pression du Sénat, contre la volonté de Jules César.
En quittant Alesia, j'ai longuement contemplé la statue de Vercingétorix élevée aux abords du site sur les ordres de Napoléon III. Haute de 6,60 mètres, elle est l'œuvre du sculpteur Aimé Millet. Sur son socle dessiné par Violet-le-Duc, on peut lire ces paroles du chef gaulois: «la Gaule unie, formant une seule nation, animée d'un même esprit, peut défier l'univers».

Jean-Pierre Guignard

Comme des arbres

Nous les avons vus durant toute notre vie. Nous les avons regardés en silence. Nous les avons admirés pendant de longs moments. Nous avons raconté aux malvoyants combien ils sont beaux.
Il s'agit bien des arbres qui nous accompagnent tout au long des années: les petits arbres, les grands arbres et ceux dont on sait qu'ils sont plus que centenaires. Témoins de tant d'événements dont ils ne parlent pas comme si, à l'intérieur d'eux-mêmes, ils avaient reçu la consigne de tenir secrets les aléas de l'existence de ceux qui passent sous leurs branches.
A peine entend-on un souffle de leur part: «Il y a bien assez de gens qui parlent de ce qui leur arrive pour que nous nous mettions nous-mêmes à bavarder, murmurent-ils entre eux. Les humains ont aussi besoin de silence».
Les arbres traversent les saisons. Lorsqu'en hiver, feuilles brunes, jaunes, grises ou ocre sur le sol, les arbres se sont dépouillés de leur parure, on découvre alors au bout de leurs rameaux les bourgeons, promesse d'un printemps à venir. Je ne pourrais pas vivre sans les arbres. Même si j'ai parcouru des déserts de sable superbes, il m'a toujours manqué un arbre à l'horizon.
Plus les années passent, plus j'ai l'intime conviction que nous ressemblons aux arbres. Le visage ridé comme l'écorce est ridée, le dos un peu voûté comme certains troncs se penchent avec l'âge, les cheveux blancs comme les branches qui brillent sous la pluie et la neige pendant la froide saison.
Nous savons aussi ce que représente l'hiver, au moment des épreuves. Nous savons ce qui a pu surgir comme un printemps nouveau lorsque de vraies joies ont habité nos cœurs. Nous savons encore, parce qu'elles sont inoubliables, quelles furent ces années de plénitude et de force vitale qui nous ont portés jusqu'à aujourd'hui. Aujourd'hui! Soixante, septante-cinq ans, quatre-vingts ans ou plus! Puis un jour, comme un arbre qui tombe, un homme, une femme finit sa vie. Et comme les arbres, c'est toute une histoire lumineuse qu'ils emportent avec eux.
Les arbres comme les humains, les humains comme les arbres, je vous aime!

Philippe Gagnebin
Pasteur retraité

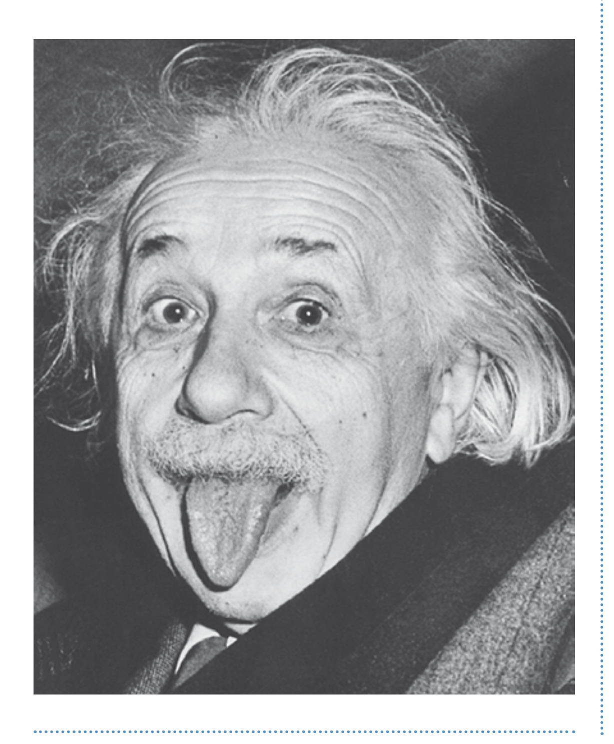


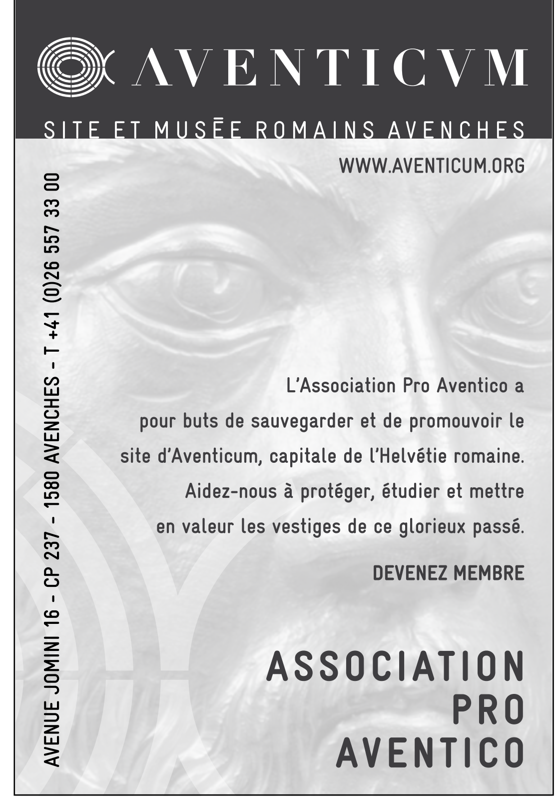
La pensée du mois

La question ci-dessous fut posée au physicien Albert Einstein.

- Qu'est-ce qui vous surprend le plus dans l'Humanité ?

Les hommes, parce qu'ils perdent la santé pour accumuler de l'argent et ensuite ils perdent de l'argent pour retrouver la santé. Et à penser anxieusement au futur, ils oublient le présent de telle sorte qu'ils finissent par ne vivre ni le présent, ni le futur. Ils vivent comme s'ils n'allaient jamais mourir, et meurent comme s'ils n'avaient jamais vécu.









LE CHATEAU DE CONSTANTINE

Maison de vacances et de convalescence - courts et longs séjours

Vous trouverez une ambiance sympathique et chaleureuse.
Prix par jour: chambre et pension complète de Fr. 122.– à Fr. 147.–
Chambres confortables, cuisine savoureuse, grand parc ombragé et nombreuses possiblilités de promenades aux alentours.

Château de Constantine
Madame Dominique Stoeri – Directrice
1587 Constantine – Tél. 026 677 13 18
chateaudeconstantine@bluewin.ch
www.chateaudeconstantine.com

A	G	U	O	B	M	A	B	A	S	A	L	T	E	B
S	A	B	L	E	P	O	U	T	R	E	O	N	P	E
C	U	E	V	I	L	O	S	H	Z	Q	D	L	R	T
R	C	S	C	O	R	D	E	A	U	U	A	C	N	O
E	H	I	P	I	E	R	R	E	I	T	R	O	M	N
P	E	H	C	I	I	D	I	T	R	U	E	L	L	E
I	V	C	T	S	E	E	A	E	D	G	I	O	I	E
R	R	R	S	G	U	H	C	L	I	I	V	M	N	S
T	O	O	A	Q	G	T	L	D	L	E	A	B	T	I
J	N	T	I	R	A	B	A	G	U	A	R	A	E	O
O	E	R	A	L	U	B	C	L	T	E	G	G	A	D
I	B	N	O	C	A	M	T	A	I	L	L	E	U	R
N	I	C	H	M	O	E	L	L	O	N	C	I	N	A
T	H	E	T	P	L	A	F	O	N	D	G	E	U	T
E	R	B	R	A	M	N	O	R	C	I	M	E	N	T

AGENT
ARDOISE
BADIGEON
BAMBOU
BASALTE
BETON
BRIQUE
BUCHE
CALCAIRE
CHEVRON
CIMENT
COLOMBAGE
CORDEAU
CREPIR
DALLAGE
DILUTION
ENDUIT
ETAGE
GABARIT
GAUCHE
GRANIT
GRAVIER
HERISSON
JOINT
LEZARDE
LINGE
LINTEAU
MACON
MARBRE
MICRON
MOELLON
MORTIER
ORTIE
PIERRE
PLAFOND
PLATRE
POUTRE
SABLE
SOLIVE
TAILLEUR
TALOCHE
TOQUE
TORCHIS
TRUELLE
TUILE

Envoyez le mot caché à: Courrier de l'AVIVO, case postale 501, 1020 Renens 1

Règle du jeu des mots cachés

Les mots de la liste sont écrits dans la grille de gauche à droite ou de droite à gauche, de haut en bas ou de bas en haut, ou encore en diagonale en descendant ou en remontant. Ils peuvent se croiser. Des petits mots de deux ou trois lettres qui ne sont pas dans la liste peuvent se glisser dans la grille. La solution se trouve parmi toutes les lettres non utilisées et dispersées dans la grille.

Réponse du N° 05/2014: AMORTISSEURS

Les gagnants sont: Mme Josiane Tinguely à Prilly, Mme Georgette Marmier à Monthey et M. Robert Dumas à Lausanne.

JAB
1300 Eclépens

N° du journal 15298

